



志賀氏桿菌痢疾

Shigellosis

甚麼是志賀氏桿菌痢疾？

志賀氏桿菌痢疾是一種由志賀氏菌引起的傳染病。這些細菌寄居在受感染者的腸道內，傳染性極強。

志賀氏桿菌痢疾的症狀是甚麼？

志賀氏桿菌痢疾的症狀包括發燒、出血性腹瀉和/或黏液型腹瀉、胃痙攣、惡心和嘔吐以及有便意。症狀可能介於輕微至嚴重之間，也可能完全沒有症狀。潛伏期一般為 1 至 3 天。通常在 4 至 7 天後病情才會有所好轉。

志賀氏桿菌痢疾是如何傳播的？

志賀氏菌存在於感染者的糞便中。如果有微量的攜帶有病菌的糞便進入他人的口、食物或水中，細菌便會在人際間傳播。通過日托機構、受到污染的食物和水抑或某些方式的性接觸行為均可能接觸到攜帶有病菌的糞便。

日托機構

志賀氏菌可在日托機構的看護者、幼童、尤其是尚未接受全面如廁訓練的幼兒中傳播。如廁或更換尿片後，如果沒有仔細洗淨雙手就準備食物和飲料或照看其他兒童的話，細菌就會得以傳播。受感染兒童的家人和玩伴有被感染的風險。

受到污染的食物或水

受到感染的食物處理人員在如廁後若沒有使用肥皂和水清洗雙手，就可能污染食物。如果您吃了受到污染的食物就會生病。如果喝了受污染的水或在其中游泳，您也會受到感染。如果有污水排入水中或志賀氏桿菌痢疾患者在其中游泳，該水體可能會受到污染。

性接觸

某些方式的性接觸可能會傳播志賀氏菌，其中包括：口-肛（口與肛門）接觸、手指接觸糞便後觸摸嘴巴、或將可能沾有微量糞便的物體放入口中。男男性交者受到感染的風險更高。

怎樣預防志賀氏桿菌痢疾的傳播？

良好的衛生與安全的食物處理及準備方法是預防志賀氏桿菌痢疾傳播的關鍵。以下建議有助於阻止志賀氏桿菌痢疾的傳播。

日托機構

- 經常認真地用肥皂和水清洗雙手，尤其是在如廁後、更換尿片後以及處理食物或進食前。有關洗手的更多資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #85 洗手：防止病菌傳播](#)。
- 無論在日托中心還是家中，都要確保兒童徹底地清潔了雙手。對於尚未全面接受如廁訓練、穿著尿片和患有腹瀉的孩子而言，這一點尤為重要。
- 妥善處理髒尿片。
- 可以使用稀釋過的家用漂白劑為更換尿片的區域消毒（5.25% 次氯酸鹽）。消毒溶液的配製方法如下：
 - 4 升溫水中加入 80 毫升（5 湯匙）家用漂白劑（1 加侖水中加入 1/3 杯漂白劑）；或
 - 1 升（4 杯）水中加入 20 毫升（4 茶匙）家用漂白劑。

- 患有志賀氏桿菌痢疾的兒童必須在不再攜帶志賀氏菌以及不再腹瀉至少 2 天後，方可返回日托中心。

受到污染的食物或水

- 採取基本的食物安全防護措施及飲用水處理措施，有助於預防志賀氏桿菌痢疾的傳播。要瞭解更多資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #59a 食品安全：提高食品安全的簡單方法](#)。
- 如果您前往發展中國家旅遊，請確保飲用水源的安全（例如經過處理或煮沸的水），並只食用煮熟的熱食以及自己親手剝皮的果蔬。更多相關資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #41e 旅行者腹瀉](#)。
- 如果您在未經處理的水體中游泳或洗澡，請避免嗆水。

性接觸

- 不要進行沒有採取保護措施的口-肛接觸，尤其是當您的性伴侶出現志賀氏桿菌痢疾的症狀時。在進行口-肛性接觸時可以使用口腔保護膜、塑膠薄膜或剪有開口的安全套。
- 性交後，要立即徹底清洗雙手和可能接觸到糞便的任何其他身體部位（例如陰莖）或物品（例如性玩具）。請使用流動的溫水和肥皂進行清洗。

- 清潔指甲縫，並將指甲剪短。
- 使用流動的溫水和肥皂經常清潔雙手。
- 當手部與肛門部位接觸時，請使用乳膠手套。
- 要瞭解更多有關如何在性接觸中降低志賀氏菌感染風險的資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #08o 性傳播感染 \(STI\) 的預防](#)。

志賀氏桿菌痢疾的治療方法是甚麼？

大多數志賀氏桿菌痢疾患者都會有輕微病癥，無需就醫。大多數情況下，病情在 7 天內就會好轉。

可以採用抗生素來治療志賀氏桿菌痢疾，加快康復進程的同時還有助於預防傳染給他人。但是，如果您僅有輕微症狀，不採用抗生素治療通常也會痊癒。

如果您症狀嚴重，例如大便帶血或脫水，請聯繫醫護人員。如果您有腹瀉，請飲用大量液體以防脫水。

負責準備食品或照看兒童、病患、長者或其他受贍養人士的感染者，應該在感染痊愈後再上班工作。在您返回工作前，可能需進行糞便測試以確認您對志賀氏菌呈陰性反應。



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority

如需查找有關更多話題的HealthLinkBC文檔，請瀏覽 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 網頁，或訪問您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請訪問 www.HealthLinkBC.ca，或致電 8-1-1（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 7-1-1。若您需要，我們亦可提供130多種語言的翻譯服務。