

ينتج داء السلمونيلات عن العدوى ببكتيريا تدعى السلمونيلة. وتحدث معظم الإصابات في أستراليا بعد أكل طعام ملوث أو أحياناً بعد الاتصال بشخص آخر مصاب بالعدوى.

داء السلمونيلات

آخر تحديث: 14 يناير/كانون الثاني 2008

ما هو داء السلمونيلات؟

ينتج داء السلمونيلات عن العدوى ببكتيريا تدعى السلمونيلة. وتحدث معظم الإصابات في أستراليا بعد أكل طعام ملوث أو أحياناً بعد الاتصال بشخص آخر مصاب بالعدوى.

ما هي الأعراض؟

عادة ما يعاني المصابون بالسلمونيلة من الصداع والحمى وتقلصات المعدة والإسهال والغثيان والتقيؤ. وكثيراً ما تبدأ الأعراض بعد 6 ساعات إلى 72 ساعة من العدوى. وعادة ما تستمر لمدة 4 إلى 7 أيام، وأحياناً تدوم أكثر من ذلك.

كيف ينتقل المرض؟

تنتقل السلمونيلة إلى البشر بالدرجة الأولى حين يأكلون الطعام غير تام الطهو المعد من حيوانات مصابة (وهذا يعني اللحوم والدواجن والبيض ومنتجاتها الثانوية).

ويحدث انتشار العدوى "بانتقال الملوّث" حين تلوث السلمونيلة الطعام الجاهز للأكل: على سبيل المثال، حين يتم تقطيع طعام لن يتم طهوه أكثر بسكين ملوث أو بيدي متعامل مع الأطعمة مصاب.

ويمكن أن تنتقل السلمونيلة من شخص لآخر عن طريق يدي شخص مصاب. ويمكنها كذلك أن تنتقل من الحيوانات إلى البشر.

من العرضة للخطر؟

يمكن أن يصاب أي شخص بداء السلمونيلات. الرضع وكبار السن وذوو الأجهزة المناعية الضعيفة أكثر عرضة لخطر الإصابة بحالات حادة من المرض.

كيف يتم منع المرض؟

الطهو

يقتل الطهو الجيد للطعام السلمونيلة. فتجنب اللحوم والدواجن والبيض النيئة أو غير تامة الطهو. ويجب عدم أكل اللحوم أو الدواجن – مثل البرغر أو النقانق أو اللفائف المشوية – إن كانت وردية اللون في المنتصف.

التعامل مع الأطعمة

بما أن السلمونيلة يمكن أن تنتقل عن طريق الأيدي، فمن المهم جداً غسل اليدين جيداً دائماً بعد قضاء الحاجة وقبل إعداد الطعام. يجب غسل اليدين بالماء والصابون لمدة 10 ثوان على الأقل وشطفهما وتجفيفهما جيداً. ويجب الانتباه جيداً بصورة خاصة لمناطق ما تحت الأظافر وما بين الأصابع.

يمكن للمصابين من المتعاملين مع الأطعمة نشر أعداد كبيرة من السلمونيلة. ولا يجب أن يتعاملوا مع الأطعمة أو يقدموها حتى يتوقف الإسهال وتخلو تحليلات برازهم من السلمونيلة.

التحكّم في درجة الحرارة

يمكن للتخزين غير الجيد للأطعمة أن يسمح بنمو *السلمونيّة*. يجب أن يتم حفظ الطعام المحفوظ في البراد في درجة حرارة تقل عن 5 درجات مئوية. والأطعمة الساخنة يجب الاحتفاظ بها ساخنة في درجة حرارة تفوق 60 درجة مئوية. أما الأطعمة المعاد تسخينها فيجب إعادة تسخينها بسرعة حتى تصبح جميع أجزاء الطعام ساخنة لدرجة انبعاث البخار منها.

إذابة الأطعمة المجمدة يجب أن يجرى إما داخل البراد أو فرن الميكروويف. كلما طالت فترة ترك الطعام في درجة حرارة الغرفة زادت قدرة *السلمونيّة* على التكاثر.

تلوث الطعام

لتجنّب تلوث الطعام:

- خزن الأطعمة النيئة (مثل اللحوم) في أوعية محكمة الغلق في قاع البراد أو المجمّد لمنع أيّة سوائل من الانسكاب أو التقطّر على أطعمة أخرى جاهزة للأكل. غطّ كل الأطعمة الموجودة في البراد أو المجمّد لحمايتها من التلوث.
- اغسل يديك مباشرة بعد قضاء الحاجة أو التعامل مع الأطعمة النيئة وقبل التعامل مع أطعمة مطهّوة أو جاهزة للأكل.
- استعمل ألواح تقطيع وصواني وأدوات وأطباق مختلفة حين تعدّ الأطعمة النيئة والجاهزة للأكل. إن لم يكن لديك سوى لوح تقطيع واحد فاغسله جيداً بالماء الساخن والصابون قبل إعادة استعماله.
- اغسل جيداً أي وسخ عن أيّة خضراوات وفاكهة نيئة قبل إعدادها وأكلها.
- جفف الأطباق بمنشفة غير تلك التي تستخدمها في مسح يديك أو مسح أسطح الطاولة، واغسل مناشف الأطباق بصورة منتظمة.

كيف يتم تشخيص المرض؟

سيرسل طبيبك العام أو المستشفى المحلي بعينة براز إلى مختبر لإجراء اختبار *السلمونيّة* لتشخيص المرض.

كيف يتم علاج المرض؟

يتعافى معظم الناس مع الراحة وشرب السوائل. وقد يحتاج البعض لدخول المستشفى. وفي الحالات المعقدة يتم أحياناً التوصية بالمضادات الحيوية.

ما هو رد فعل الصحة العامة؟

على المختبرات إبلاغ وحدة الصحة العامة المحليّة بحالات عدوى *السلمونيّة*. وتحقق وحدات الصحة العامة بشأن المجموعات المصابة لمحاولة التعرّف على الروابط المشتركة. وفي حالة تورط طعام مشترك تجري سلطة الأغذية بولاية نيو ساوث ويلز تحقيقاً بيئياً آخر وتتخذ تدابير للسيطرة. ويتم استخدام الإحصائيات الخاصة بالحالات للمساعدة في تطوير إستراتيجيات الوقاية.

سلطة الأغذية بولاية نيو ساوث ويلز مسؤولة عن نطاق من إستراتيجيات سلامة الطعام للوقاية من داء *السلمونيّة* والأمراض الأخرى التي تنتقل عن طريق الطعام.

معلومات إضافية – وحدات الصحة العامة في نيو ساوث ويلز

للحصول على مزيد من المعلومات الرجاء الاتصال بطبيبك أو وحدة الصحة العامة المحلية أو مركز صحة المجتمع – ابحث تحت العنوان *NSW Government* (حكومة نيو ساوث ويلز) في بداية دليل الهاتف *White Pages*.

الرقم	الموقع	المناطق الريفية	الرقم	الموقع	مناطق العاصمة
02 4824 1837	Goulburn	Greater Southern	02 9477 9400	Hornsby	Northern Sydney/Central Coast
02 6080 8900	Albury		02 4349 4845	Gosford	
08 8080 1499	Broken Hill	Greater Western	02 9382 8333	Randwick	South Eastern Sydney/Illawarra
02 6841 5569	Dubbo		02 4221 6700	Wollongong	
02 6339 5601	Bathurst		02 9515 9420	Camperdown	Sydney South West
02 4924 6477	Newcastle	Hunter/New England	02 4734 2022	Penrith	Sydney West
02 6767 8630	Tamworth		02 9840 3603	Parramatta	
02 6588 2750	Port Macquarie	North Coast	02 9311 2707	Matraville	Justice Health Service
02 6620 7500	Lismore		02 9391 9000	Nth Sydney	NSW Department of Health
			NSW Health: www.health.nsw.gov.au		