



PUBLIC HEALTH FACT SHEET

Boston Public Health Commission

Infectious Disease Bureau

1010 Massachusetts Avenue

Boston, MA 02118

Phone: 617-534-5611 Fax: 617-534-5905

Listeriosis

李氏杆菌病

什么是李氏杆菌？

李氏杆菌病是一种由李氏杆菌所污染的食物而引起的严重感染。这种病对孕妇，新生儿，老人和免疫系统较弱的人影响最严重。

李氏杆菌病是如何传播的？

李氏杆菌存在于自然界的水和土壤中。李氏杆菌病是由吃了李氏杆菌污染的食物而传播的。它亦可以通过人与人之间的性行为传播，或在怀孕期间或分娩时由母体传播给婴儿。

虽然健康的人可能有抵抗被污染食物的能力而没有得病，但有些人会因此而提高感染的风险，如免疫系统受损的人，甚至吃了一些细菌污染的食物后就得到李氏杆菌病。

李氏杆菌病有什么症状？

症状包括发烧，肌肉疼痛，有时胃肠道症状如恶心或腹泻。如果感染扩散到中枢神经系统，就可能有头痛，颈部僵硬，神志不清，失去平衡，或抽搐的症状出现。

受感染的孕妇可能不会有任何症状，或只有轻微的、类似流感的症状；然而，在怀孕期间感染可导致早产，新生儿感染，甚至胎死腹中。

李氏杆菌病是如何治疗的呢？

有几种类型的抗生素对李氏杆菌有效。当感染发生在怀孕期间，孕妇及时给予抗生素往往可以预防胎儿或新生儿感染。有些感染即使及时治疗也会导致死亡，尤其是老年人和其他有严重的健康问题的人。

谁得李氏杆菌病的风险最大？

在美国，估计每年有 2500 人因李氏杆菌病而病重，其中 500 名死亡。高风险人群包括：

- 免疫系统受损的人，如：
 - 艾滋病患者
 - 癌症，糖尿病或肾脏疾病患者
 - 由于其他原因减弱免疫系统的人
- 使用固醇药物的人群
- 老人
- 孕妇感染李氏杆菌病的可能性比其他健康的成年人高 20 倍左右。约三分之一的李氏杆菌病的病例发生在怀孕期间，可能会导致流产和死胎。

健康成人和儿童偶尔会感染李氏杆菌，但他们很少成为重病病患。

怎样才能减少我感染李氏杆菌的风险？

一般建议：

- 彻底煮熟原料的肉类，如牛肉，猪肉或家禽。
- 进食前彻底洗净生吃的蔬菜。
- 将未煮熟的肉类，蔬菜，煮熟的食物和现成食品分开。
- 避免未经高温消毒的牛奶或未经高温消毒的牛奶制成的食品。
- 处理未煮过的食物后要彻底洗净手、刀和砧板。

对高风险人群，如免疫系统较弱的人群和孕妇的特别建议：

- 避免食用软奶酪，如羊奶、乳酪、卡门培尔、蓝纹和墨西哥式奶酪。（硬奶酪，加工奶酪，奶油乳酪，奶酪或酸奶不需要回避。）
- 剩余食物或现成的食物，如热狗，应进食前，直到蒸热熟。
- 虽然熟食柜台的食物相关的李斯特菌病的风险相对较低，孕妇和免疫抑制者可以选择，以避免这些食物或进食前彻底翻热的冷盘。

如果我吃了李氏杆菌的污染食品，我应该怎样做？

一般人在食用李氏杆菌感染的食品后的患病风险是非常小的。如果你有吃了受污染的食品并没有任何症状，即使你是一个高风险的群体，亦不建议你接受测试或治疗。不过，如果你一个高风险的群体，已经吃了受污染的食物，并在2个月内生病发烧或有严重疾病的迹象，你应该联系你的家庭医生，并通知他们你吃了受污染的食物。

欲了解更多信息，请联系
波士顿公共健康委员会
传染病控制局
(617) 534-5611 或 www.bphc.org