



Kampilobakteri (Campylobacter)

Kisa Kampilobakteri ye?

Kampilobakteri se yon mikwòb (bakteri) ki kapab afekte entesten (trip) moun ak bèt.

Kampylobakteryoz, *maladi Kampilobakteri* bay la, se youn nan kalite bakteri ki pi komen nan Etazini. Nan kèk ka ki ra, *Kampilobakteri* kapab gaye nan san e li ka lakoz yon enfeksyon grav.

Kijan maladi Kampilobakteri pwopaje?

Moun ka trape *Kampilobakteri* lè yo manje manje ki kri oswa ki pa byen kwit oswa lè yo bwè bwason ki kontamine, tankou dlo ki pa trete. *Kampilobakteri* pi souvan transmèt nan bèt volay kri oswa ki pa byen kwit (poul oswa kodenn) oswa nan manje ki kontamine avèk bagay sa yo. *Kampilobakteri* kapab simaye tou nan pwodui letye ki pa pasterize (sa ki gen ladan lèt), nan dlo ak glas ki kontamine oswa nan lòt manje ki kontamine. Manje ki kwit oswa pasterize pral touye bakteri sa yo kidonk ou kapab manje san danje.

Ou kapab jwenn *Kampilobakteri* tou nan pou pou (matyè fekal) bèt nan jaden ak bèt nan kay (sa ki gen ladan betay, poul, chat ak chyen), menmsi yo parèt ansante. Ou jwenn bakteri a tou nan diferan kalite bèt sovaj. Se poutèt sa ou dwe lave men w avèk savon ak dlo apre w fin manyen bèt oswa pou pou yo.

Ki sentòm kampibakteryoz genyen?

Sentòm ki pi komen yo se dyare (pafwa avèk san), doulè nan lestomak, lafyè, anvi vomi ak vomisman. Sentòm sa yo yo souvan kòmanse 2 a 5 jou apre ou te fin pran mikwòb la. Moun ki ansante ki gen enfeksyon maladi *Kampilobakteri* refè nèt nan lespas de a senk jou, byenke pafwa li kapab pran jiska 10 pou fin refè.

Kijan map fè konnen si mwen genyen kampylobakteryoz?

Doktè ki ba ou swen an kapab voye yon echantiyon pou pou (matyè fekal) nan yon laboratwa, ki pral fè tès echantiyon an pou yo detekte bakteri *Kampilobakteri*.

Kijan yo trete kampylobakteryoz?

Pifò moun refè san okenn tretman. Men, ou ka bezwen pran plis likid pou w pa dezidrate. Ou kapab itilize antibiyotik pou trete kampylokateriyoz lakay moun ki pa kapab konbat maladi a poukont yo.

Kijan mwen kapab pran prekosyon pou maladi Kampilobakteri?

Lè wap prepare manje ki mande pou kwit li anvan w manje l, tankou ze, poul, ak lòt vyann yo, gade l tankou li te kontamine. Sonje pou w toujou byen lave men ou.

Refwadi!

- Mete nan frijidè rès manje ki rete ak nenpòt pati ki pa itilize rapidman.
- Manje pa dwe rete deyò pou plis pase 2 zèdtan. Si li deyò nan yon jou ete cho, pa kite manje deyò pou plis pase inèdtan.
- Kenbe glasyè w la ranpli pou kenbe tanperati frèt, kenbe l andeyò solèy epi limite kantite fwa ou ouvè l.

KONTINYE

Netwaye!

- Lave men w avèk dlo savon cho pou omwen 20 segonn (oswa yon dezenfektan pou men ki gen alkòl):
 - Anvan, pandan, ak apre w fin prepare manje (espesyalman apre w fin manyen manje ki kri)
 - Anvan w manje
 - Apre w fin soti nan twalèt
 - Apre w fin chanje kouchèt yo oswa netwaye yon timoun ki fin soti nan twalèt
 - Apre w fin manyen yon bèt oswa dechè bèt
- Si savon ak dlo pa disponib, itilize yon dezenfektan pou men ki gen alkòl.
- Rense tout fwi ak legim fre yo anba dlo kap koule anvan yo kwit, anbale oswa manje.
- Lave tout sifas ak veso avèk dlo cho, ki gen savon anvan ak apre ou fin itilize yo.

Separe!

- Kenbe ji ki soti nan vyann, poul oswa pwason pou yo pa rantre an kontak avèk lòt manje. Ji sa yo gen mikwòb ladan yo!
- Sèvi avèk plak separe pou vyann kri ak kwit, pwason, oswa poul (pa mete manje kwit oswa manje ki pare pou kwit nan menm plato pou manje kri amwenske plato a byen netwaye).
- Si posib, sèvi avèk yon planch a dekoupe ki dedye pou vyann oswa poul ak yon planch a dekoupe pou manje ki pre pou manje.
- Pa re-sèvi avèk fouchèt, kiyè, kouto ki te touche manje kri amwenske ou lave yo avèk savon ak dlo.

Kwit !

- Deglase manje nan frijidè oswa nan mikwo-ond lan, men pa sou kontwa a.
- Verifye dat ekspirasyon vyann, poul, pwason, kristase, lèt ak lòt pwodui.
- Itilize yon tèmomèt manje pou asire ke manje a nan yon tanperati entèn ki ansekirite.
- Vyann moulen (tankou anbègè) ta dwe kwit a tanperati 160°F (71°C) ak vyann bèf fre, tranch vyann bèf, oswa vyann mouton tranche a 145°F (63°C) avèk yon peryòd repo 3 minit. Vyann ou an ap kontinye kwit pandan tan sa a, ede pou touye nenpòt mikwòb ki rete.
- Poul yo ta dwe atenn yon tanperati 165°F (74°C) e pwason yo ta dwe kwit a 145°F (63°C) oswa jiskaske li kwit epi separe fasilman. Pwason ki nan kokiy yo ta dwe byen fèmen anvan yo kwit. Kwit ze a jiskaske blan ak jòn lan fèm, pa manje ze ki “koule.”
- Pa entèwonp manje kap kwit la anpati epi pou kontinye l annaprè.
- Si yo sèvi w mnaje ki pa byen kwit nan yon restoran retounen l pou yo fin kwit li.
- Pa itilize lèt ki pa pasterize oswa lòt pwodui letye (tankou fwomaj).
- Lè wap sèvi, kenbe manje cho yo cho e manje frèt yo frèt.

E si mwen gen maladi *Kampilobakteri*?

Pifò moun ki enfekte yo kapab retounen travay oswa lekòl depi dyare a fin pase, yo dwe fè anpil atansyon lè yap lave men yo apre yo fin soti nan twalèt. Kenbe nan lespri w ke li posib pou bay lòt moun bakteri a menm apre ou fin santi w byen. Nan fason pou pwoteje piblik, travayè Boston yo ki nan depatman manje ak swen sante dwe jwenn apwobasyon Komisyon Sante Piblik Boston anvan yo retounen travay.

