

食品安全情况说明书

食源性疾病:沙门氏菌

沙门氏菌是什么？

沙门氏菌是一组能引起人类腹泻的细菌。它们是一种微小生物，能从人或动物的粪便传给他人或动物。沙门氏菌会污染食物，在食物处理或准备方式不当时就会生长。进食受污染的食物后，可能会出现严重的肠道问题。

沙门氏菌如何传播？

沙门氏菌通过人类、哺乳动物和鸟类的肠道传播。沙门氏菌的爆发可以追溯到加工过的肉类、未煮熟的家禽或家禽产品、生或轻度煮熟的含有鸡蛋或蛋制品(如自制冰淇淋)、生香肠、未经高温消毒的牛奶和奶制品(包括干奶)的食物。被鼠类粪便污染的食物，或清洁不当的用具或工作空间，都会传播沙门氏菌。有感染沙门氏菌症状的人不应该处理食物。

其症状是什么？

在感染后的 12 到 72 小时内，其症状包括发烧、腹部绞痛、恶心和腹泻，但症状可能因个人和感染数量不同而情况不一。这种病通常持续 4 到 7 天，大多数人在没有治疗的情况下康复。然而，对于一些人来说，腹泻可能严重到需要住院治疗。在这些患者中，沙门氏菌感染可能从肠道扩散到血液，然后传播到其他身体部位。用抗生素迅速治疗以防止死亡是必要的。儿童、有特殊健

康状况的人以及老年人更容易出现严重的并发症。是否需要治疗应由医生或医护人员决定。

沙门氏菌疾病有多普遍？

据报道，美国每年大约有 4 万例沙门氏菌疾病。由于许多较轻的病例未被诊断或报告，实际感染人数可能要高得多。沙门氏菌疾病在夏天比冬天更常见。

如何预防沙门氏菌疾病？

为了避免食源性疾病，我们可以：

- 经常洗手，保持指甲整齐清洁。
- 保持工作区域清洁卫生。
- 不要在未经彻底清洗和消毒的情况下使用装有生冷食物的同样的餐具。
- 在冰箱里或冷水里解冻食物，或将其作为烹饪过程的一部分。
- 热的食物要保温，冷的食物要保鲜。
- 不要让食物在室温下超过两个小时。
- 永远不要吃生蛋或生蛋制品。
- 将家禽肉彻底煮熟。
- 处理尿布后应立即洗手。
- 永远不要食用未经高温消毒的牛奶或用未经高温消毒的牛奶制作的食物。
- 彻底煮熟肉类/家禽，以杀死细菌。



Handout #19: Salmonella
May 2012