

預防食因性食品中毒

——大腸桿菌0157：H7

/蔡弘聰

日本於85年5月起發生0157：H7病原性大腸桿菌中毒案，迄7月底為止，病例遍及一都二府37縣（包括東京都、大阪府、京都府等），目前已有約9,000人中毒，並已有7人因而死亡，日本衛生單位正在追查原因。

本案目前仍無特定的涉嫌食品，無法判定是否為同一食品造成感染。日本為預防二次感染，可能於下週將「1057病原性大腸桿菌」列為「指定傳染病」。

症狀：初為水樣腹瀉，而後變成出血性腹瀉，該菌會產生 Vero 毒素將導致腎臟或腦之嚴重損傷，會致死。

感染來源：通常是食入帶菌家畜及感染者糞便污染之食物或水源。

預防：該菌對熱敏感，加熱即可殺死。

現在我國正值颱風過後，有部份地區積水，而現在溫度正熱，為避免食品中毒，民衆務必將調理食品及飲水加熱完全才可食用、飲用，外燴辦桌以熱食為原則，不可供應冷盤及生冷食品。倘若能加熱後再食用，即可避免此菌之中毒。

拜拜，應以乾果食品如餅乾、糖果、乾物或罐頭祭拜，不要用調理食品，以避免食物敗壞，而造成食品中毒或腸胃病之產生，又可避免污染。

食因性疾病——大腸桿菌0157：H7

Escherichia coli 0157：H7正逐漸成為食因性疾病的原因之一。據估計，美國每年約發生10,000至20,000個感染的案例。感染的結果通常為造成出血性腹瀉，有時候會導致腎臟衰竭。大部份發生的案例與吃了未充份煮熟且被污染的碎牛肉有關。家庭中或托兒所中人與人間的接觸也是一種重要的傳染模式。喝生乳、喝下水道污染的水或在下水道污染的水中游泳也會造成感染。

消費者預防 E. coli 0157：H7感染的方法有：徹底煮熟絞碎的牛肉、避免食用未經巴斯德滅菌法處置的牛乳、徹底的洗手。由於此種細菌生長在健康牛隻的腸道，有關牧場中及肉品處理過程中的預防措施正在研究中。

什麼是 E.coli 0157：H7？

E.coli 0157：H7是大腸桿菌數百種菌株中的一種。雖然大部份的大腸桿菌菌株是無害的且生長在健康人與動物的腸道中，但是這一種菌株卻可以產生很強的毒素而引起嚴重的疾病。

在1982年發生的一次嚴重的出血性腹瀉突發流行事件中，E.coli 0157：H7首次被辨認為一種致病原。那一次突發流行的原因追查的結果與被污染的漢堡有關，此後，大部份的感染案例都是因為吃了未充份煮熟的碎牛肉。

此種細菌名稱中的字母與數字的組合，代表細菌表面特殊的抗原標識，並以此命名方式與其他大腸桿菌加以區別。

E.coli 0157：H7如何傳播？

此種細菌可在少數的牧牛場發現，且可以生長在健康牛隻的腸道。在牛隻宰殺的過程中，牛肉若被污染，細菌就會在絞肉的過程中被均勻的混合在碎牛肉中。細菌若出現在母牛的乳房或擠乳設備，也可能污染生的牛乳。

吃牛肉，尤其是碎牛肉，若未充份煮熟到足以殺死 E.coli 0157：H7，就可能導致感染。被污染的牛肉從外觀及氣味上並無法分辨。雖然致病所需要的細菌數目並不清確，但一般認為很少量的細菌就可以致病。

喝未經巴斯德滅菌法處置的生乳、喝了下水道污染的水或在下水道污染的水中游泳也會造成感染。

被感染者糞便中的細菌，因為不良的衛生習慣或沒有充份的洗手，而傳染給其

他的人。這種傳染模式特別容易發生在還沒有經過大小便訓練的剛學走步的小孩。這些小孩的家庭成員及玩伴是感染的高危群。

較低年齡層的兒童，在疾病緩解後的1~2星期，糞便中仍會帶菌。較高年齡層的兒童，則少有無症狀的帶菌者。

E.coli 0157：H7可引起什麼疾病？

E.coli 0157：H7感染常引起嚴重的出血性腹瀉及腹部絞痛，有時候則引起非出血性的腹瀉，有時候則沒有症狀。通常無發燒或微燒，且疾病在5~10天即可緩解。

有一些人，特別是5歲以下的小孩及老人，會引起溶血性尿毒症候群的併發症，紅血球細胞被破壞並有腎衰竭。大約2%~7%的感染者會產生此種併發症。在美國，HUS是兒童急性腎衰竭的主要原因，而大部份的HUS案例是由E.coli 0157：H7所引起。

一般人如何預防

E.coli 0157：H7感染？

- 所有的碎牛肉或漢堡應徹底的煮熟，即煮過的肉必需完全是灰色或咖啡色，流出的汁是澄清狀，肉的內部是熱的。
- 假如餐廳供應的漢堡沒有經過徹底的烹調，應再送回去煮一次。
- 牛乳或乳製品應經過巴斯德滅菌法處理，避免食用生牛乳。
- 被感染的人，尤其是兒童，應經常用肥皂徹底的洗手，以減少傳播的危險性。
- 飲用水需經過加氯或其他消毒劑的處理。■