

عدوى الليستيريا، معلومات المريض

لماذا حصلت على هذه المعلومات؟

أظهرت الاختبارات أنك مصاباً بعدوى الليستيريا.

ما هي الليستيريا؟

الليستيريا هي بكتيريا شائعة في بيئتنا، بما في ذلك الماء والتربة. توجد الليستيريا أحياناً في بعض الأطعمة. يمكن أن يحمل كل من الإنسان والحيوان بكتيريا الليستيريا دون أن يصابوا بالمرض. تدوم الفترة منذ الإصابة بالعدوى إلى المرض (فترة حضانة المرض) حوالي 3-21 يوماً. كما يمكن أن تكون الفترة أطول من ذلك، وقد تصل إلى 3 أشهر. لذلك غالباً ما يكون من الصعب العثور على مصدر العدوى. عادةً ما يصاب الأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي بمرض الليستيريا بشكل خطير، ويعانون من تسمم الدم أو التهاب السحايا. إن كبار السن والرضع والنساء الحوامل والأشخاص الذين يتلقون العلاج بالأدوية التي تؤثر على الجهاز المناعي معرضون بشكلٍ خاص لخطر الإصابة بمرض خطير. يتم علاج عدوى الليستيريا بالمضادات الحيوية.

كيف تنتقل الليستيريا؟

إن الليستيريا لا تنتقل بين الأشخاص، باستثناء المرأة الحامل التي يمكن أن تنقل العدوى إلى الجنين عن طريق المشيمة. يمكن أن تنتشر الليستيريا من الحيوانات أو من الطعام الذي يحمل العدوى. إن أكثر طرق العدوى شيوعاً هي عن طريق الطعام.

تنجو البكتيريا من التجمد وتنمو في درجة حرارة التلاجة، ولكنها تموت عند تسخينها على درجة حرارة 70 مئوية على الأقل.

وبالتالي فإن الطعام المخزن لفترة طويلة في التلاجة والذي يتم تناوله دون إعادة تسخينه يشكل خطراً خاصاً. ينطبق هذا، على سبيل المثال، على:

- منتجات اللحوم المختلفة، وفي المقام الأول منتجات اللحوم المقددة مثل لحم الخنزير والنقانق
- السمك (مدخن بارد أو مخلل)
- الأجبان الطرية المصنوعة من الحليب غير المبستر.

لا توجد الليستيريا في الجبن الصلب.

كما يمكن العثور على البكتيريا في الخضروات المجمدة. يمكن أن تنمو البكتيريا إذا تمت إذابة الخضروات فقط، دون تسخينها، ثم تم وضعها في التلاجة. كما يمكن أن تنمو البكتيريا في البطيخ الذي يتم تقطيعه وتركه في التلاجة.

ماذا يجب أن أفعل لمنع إصابة الآخرين بالعدوى؟

لمنع إصابة المزيد من الأشخاص بالمرض، من المهم محاولة العثور على مصدر العدوى. وفكر فيما إذا كنت قد تناولت أياً من الأطعمة التي تنشر العدوى. احتفظ ببقايا الطعام في التلاجة إن أمكنك ذلك. يمكن بعد ذلك فحص بقايا الطعام لمحاولة تتبع مصدر العدوى.

المزيد من المعلومات

[Folkhälsomyndigheten och Smittskyddsläkarföreningens samlade information om smittsamma sjukdomar | Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

[Listeria monocytogenes | Livsmedelsverket \(livsmedelsverket.se\)](#)

معلومات حول نشرة مكافحة انتشار العدوى

تم إعداد النشرة من قبل الجمعية السويدية لأطباء مكافحة انتشار العدوى، وتسري النشرة في كافة أنحاء السويد.