



# TỜ THÔNG TIN DÀNH CHO CÔNG CHÚNG

## ESCHERICHIA COLI 0157:H7 (E. COLI)

### E. coli 0157:H7 là gì ?

E. coli 0157:H7 là một dạng vi khuẩn trong ruột, sản sinh ra một loại chất độc cực mạnh có khả năng gây bệnh nghiêm trọng ở người.

### E. coli 0157:H7 lây lan như thế nào?

E. coli 0157:H7 có thể lây lan theo những cách sau đây:

- Ăn thịt đã bị nhiễm vi khuẩn trong quá trình giết mổ
- Ăn thịt, thịt gia cầm, hoặc trứng sống hoặc chưa nấu chín đã bị nhiễm vi khuẩn, đặc biệt là thịt bò
- Ăn các loại rau không rửa và nhiễm vi khuẩn, ví dụ như giá sống hoặc xà lách
- Uống sữa hoặc nước trái cây chưa được tiệt trùng
- Uống nước đã bị nhiễm vi khuẩn
- Bơi ở nơi có nước đã bị nhiễm vi khuẩn
- Không rửa tay sau khi đi vệ sinh hoặc thay tã

### Các triệu chứng có thể xảy ra là gì?

Các triệu chứng của E. coli có thể bao gồm:

- Tiêu chảy ra máu
- Đau thắt vùng bụng

Đôi khi, hoàn toàn không có triệu chứng gì.

*Khoảng 2% tới 7% người cao niên và trẻ em dưới 5 tuổi bị nhiễm E. coli 0157:H7 chuyển sang một loại biến chứng gọi là hội chứng suy thận (HUS), trong đó các hồng*

*huyết cầu bị tiêu hủy và có hiện tượng suy thận.*

Các triệu chứng của HUS có thể bao gồm:

- Huyết áp cao
- Co giật
- Mù lòa
- Tê liệt

### E. coli 0157:H7 được chẩn đoán như thế nào?

E. coli 0157:H7 thường được chẩn đoán qua xét nghiệm phân. Tất cả những người bỗng nhiên bị tiêu chảy ra máu cần làm xét nghiệm phân. Các xét nghiệm phân sau đó sẽ giúp xác định khi nào người bệnh không còn nhiễm bệnh nữa.

### Biện pháp điều trị E. coli 0157:H7 là gì?

E. coli 0157:H7 không có biện pháp điều trị cụ thể và thường biến mất trong vòng 5-10 ngày. Những người nhiễm bệnh cần uống thật nhiều nước. **Cần tránh dùng các loại thuốc chữa tiêu chảy như Imodium và Lomotil.**

### Là thế nào để có thể ngăn ngừa E. coli 0157:H7?

- Nấu chín kỹ thịt bò xay và bánh hamburger (nhiệt độ bên trong phải ở mức tối thiểu là 155°F trong 15 giây)
- Chuẩn bị thịt, thịt gia cầm, hoặc trứng cách xa những loại thực phẩm khác
- Rửa tay sau khi cầm vào thịt
- Lau sạch kệ tủ bếp bằng nước nóng có pha xà bông sau khi tiếp xúc với



# TỜ THÔNG TIN DÀNH CHO CÔNG CHÚNG

Ottawa County Health Department

## ESCHERICHIA COLI 0157:H7 (E. COLI)

thịt, thịt gia cầm, trứng sống hoặc chưa nấu chín

- Chỉ uống sữa, nước trái cây, và nước táo ép đã được tiệt trùng
- Rửa kỹ rau và trái cây
- Tránh uống nước ở hồ bơi và hồ trong khi bơi
- Rửa tay bằng xà bông sau khi đi vệ sinh, thay tã, và trước khi chế biến thực phẩm và đồ uống

**Để biết thêm chi tiết về E. coli 0157:H7 xin liên lạc:**

Ottawa County Health Department  
[www.miOttawa.org](http://www.miOttawa.org)

Center for Disease Control and Prevention  
[www.bt.cdc.gov/](http://www.bt.cdc.gov/)  
Điện thoại: (888) 246-2675