

องค์ความรู้ เรื่อง โรคจากเชื้อแบคทีเรีย อีโคไลชนิดรุนแรง (Enterohaemorrhagic *E.coli* O104)

ข้อมูลทั่วไป

เชื้อ *E.coli* เป็นแบคทีเรียที่พบได้ในลำไส้ของมนุษย์และสัตว์เลือดอุ่น ส่วนใหญ่ของเชื้อ *E.coli* จะไม่ก่อให้เกิดอันตราย มีบางสายพันธุ์ของเชื้อ *E.coli* เช่น enterohaemorrhagic *E.coli* (EHEC) สามารถก่อให้เกิดอาการที่รุนแรง

เชื้อ enterohaemorrhagic *E.coli* (EHEC) ทำให้เกิดโรคโดยการสร้างและปล่อยสารพิษชื่อ Shiga toxin ซึ่งสามารถทำลายเม็ดเลือดแดงและไตได้

ตัวอย่างที่สำคัญของเชื้อสายพันธุ์ enterohaemorrhagic *E.coli* (EHEC) เช่น สายพันธุ์ *E.coli* O157:H7 และ *E.coli* serogroup O104 ที่สงสัยว่าจะเป็นสาเหตุการระบาดที่เยอรมัน ณ ขณะนี้

การติดต่อ

เชื้อนี้จะเข้าสู่ร่างกายโดยการบริโภคอาหารที่มีการปนเปื้อน เช่น เนื้อสัตว์ดิบหรือปรุงไม่สุก นมที่ไม่ได้ผ่านขบวนการทำลายเชื้อ นอกจากนี้การปนเปื้อนของเชื้อโรคจากอุจจาระ สู่อาหารและน้ำ อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างการเตรียมและการปรุงอาหาร เช่น ผิวนอกของหอยหรืออุปกรณ์ปรุงอาหารที่มีการปนเปื้อน

เชื้อจะเจริญเติบโตได้ดีในอุณหภูมิระหว่าง 7 – 50 องศาเซลเซียส และจะถูกทำลายได้โดยความร้อนที่ 70 องศาเซลเซียส ขึ้นไป

นอกจากนี้เชื้อ EHEC ยังเคยมีรายงานว่าสามารถเพาะเชื้อขึ้นจากบ่อน้ำ เชื้อสามารถมีชีวิตอยู่ได้เป็นเดือน ในแหล่งน้ำ

ระยะฟักตัว - ระหว่าง 3 – 8 วัน เฉลี่ย 3 – 4 วัน

ส่วนใหญ่จะก่อโรคในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ โดยมักจะเป็นการระบาดชนิดประปราย น้อยครั้งที่จะมีการระบาดใหญ่เหมือนกรณีที่เยอรมัน ซึ่งพบว่าผู้ป่วย 86% เกิดกับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป

อาการ

- อาการของระบบทางเดินอาหารที่รุนแรง (อุจจาระเหลวมักมีเลือดปน หรือมีมูกเลือด)
- มีไข้ต่ำๆ หรือไม่มีไข้
- ปวดท้อง อาเจียน
- อาจเป็นอันตรายแก่ชีวิต จากไตวาย ซึ่งมักพบกับเด็กเล็ก พบได้ร้อยละ 3 – 7 ของผู้ที่ติดเชื้อดังกล่าว

ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีการหายภายใน 10 วัน อัตราการป่วย – ตาย ประมาณร้อยละ 3-5

การป้องกัน

คำแนะนำสำหรับประชาชนทั่วไป ควรปฏิบัติตน เหมือนกับการป้องกันโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ อื่นๆ คือ สุก ร้อน สะอาด “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ”

สุก

ปรุงอาหารให้สุกอย่างทั่วถึง ห้ามรับประทานอาหารดิบ หรือ ดิบๆ สุกๆ เนื่องจาก เชื้อจะถูกทำลายได้โดย ความร้อนที่ 70 องศาเซลเซียสขึ้นไป โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์

ร้อน

- ควรรับประทานอาหารที่ปรุงสุกทันที หรือสุกใหม่ๆ
- เก็บอาหารที่ปรุงสุกแล้วอย่างระมัดระวัง เช่น ข้าวกล่อง อาหารถุง
- กรณีจะนำมารับประทาน ต้องนำมาอุ่นให้ร้อนอย่างทั่วถึงก่อนรับประทานอีก
- สำหรับอาหารทารก ต้องนำมารับประทานทันทีหลังปรุงสุก และไม่ควรเก็บไว้ค้างมือ

สะอาด

1. เลือกอาหารที่มีขบวนการผลิตที่ปลอดภัย
2. ล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ก่อนและหลังรับประทานอาหาร และภายหลังการเข้าส้วม
3. อย่าใช้มือสัมผัสอาหารที่ปรุงสุกแล้วโดยตรง ควรใช้ช้อนกลาง
4. รักษาสิ่งแวดล้อมในครัวให้สะอาด โดยเฉพาะโต๊ะที่ใช้ปรุงอาหาร
5. น้ำดื่ม และน้ำใช้ต้องสะอาด
6. หลีกเลี่ยงการปนเปื้อนระหว่างอาหารด้วยกัน เพื่อไม่ให้อาหารที่ปรุงสุกแล้วปนเปื้อนกับอาหารดิบ เช่น การใช้มีด เขียง ต้องแยกระหว่างอาหารดิบ และอาหารสุก เป็นต้น

การทำความสะอาดผัก ผลไม้

- เลือกซื้อผัก ผลไม้ที่สะอาด ปลอดภัย และมีอายุไม่เน่า
- ล้างผัก และผลไม้ให้สะอาด ก่อนนำมารับประทาน โดยการเด็ดใบ คลี่ใบล้างผ่านน้ำให้สะอาดหลายๆ ครั้ง

คำแนะนำ

สำหรับผู้ปรุงอาหาร ผู้เสิร์ฟอาหาร ผู้ขายอาหาร

- ปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอาหาร โดยเฉพาะเรื่องความสะอาดของวัตถุดิบ และน้ำ ที่นำมา ประกอบอาหาร ซึ่งอาจมีการปนเปื้อนเชื้อโรค รวมทั้งการล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำ
- หากผู้ที่ป่วยเป็นผู้ปรุงอาหาร ผู้เสิร์ฟอาหาร ผู้ขายอาหาร ควรหยุดงานจนกว่าจะหายเป็น ปกติ

สำหรับผู้ที่มีอาการดังกล่าว และเพิ่งเดินทางกลับมาจากประเทศที่มีการระบาด ควรพบแพทย์โดยเร็ว แผลและเรียบเรียงโดย : นายแพทย์พรชนก รัตนดิถ ฌ ภูเก็ต สำนักโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค

เอกสารอ้างอิง

1. Outbreak of haemolytic uraemic syndrome in Germany
http://www.who.int/csr/don/2011_05_27/en/index.html
2. WHO fact sheet on enterohaemorrhagic E.coli
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs125/en/>