

KHUẨN TRÊN TÁO MỸ GÂY BỆNH NGUY HIỂM THẾ NÀO?

Là một loại trực khuẩn nguy hiểm, *listeria monocytogenes* nhiễm trên táo Mỹ có thể khiến người mắc bị viêm màng não, sảy thai, đẻ non...

Nhiễm khuẩn *listeria monocytogenes* từ táo vừa khiến ít nhất 3 người tử vong, 32 người phải nhập viện tại Mỹ. Theo thông tin từ cơ quan thực phẩm nước này, sản phẩm bị thu hồi đã được xuất khẩu sang Việt Nam và một số nước khác.

Trực khuẩn *Listeria monocytogenes* gây ra bệnh ngộ độc thực phẩm *Listeriosis*. Ở phụ nữ có thai, mắc bệnh này có thể gây sảy thai, đẻ non, trẻ nhiễm trùng nặng hay thậm chí tử vong khi sinh.

Bệnh *Listeriosis* chủ yếu ảnh hưởng tới phụ nữ mang thai, trẻ mới sinh, người già và những người suy giảm hệ miễn dịch. Những người lớn khỏe mạnh và trẻ em đôi khi cũng nhiễm khuẩn này nhưng hiếm khi bệnh trở nặng. Trẻ có thể sinh ra đã mắc nếu mẹ ăn thực phẩm nhiễm khuẩn lúc mang thai.

Một số nghiên cứu cho thấy khoảng 20% bệnh nhân nhiễm khuẩn *Listeria monocytogenes* tử vong. Hầu hết trường hợp mắc bệnh riêng lẻ nhưng cũng có một vài trận dịch bùng phát bệnh do nguồn thực phẩm nhiễm khuẩn gây ra. Trận dịch lớn nhất xảy ra tại Los Angeles năm 1985 có hơn 100 ca mắc bệnh, trong đó 48 trường hợp tử vong hoặc chết chu sinh. Trận dịch khắp nước Pháp vào năm 1992 có 279 trường hợp mắc bệnh, trong đó 63 người chết.

Đường đi ảnh hưởng của bệnh *Listeriosis* với cơ thể khi ăn phải thực phẩm nhiễm khuẩn *L. monocytogenes*. (Ảnh: Pnas.org)

Điều gì gây nên bệnh *Listeriosis*?

Trực khuẩn *L. monocytogenes* được tìm thấy trong đất và nước. Rau có thể nhiễm vi khuẩn từ đất hay phân bón. Từ nguồn này, động vật có thể bị nhiễm, khiến thịt, sữa cũng nhiễm bệnh. Các thực phẩm chế biến sẵn như pho mát mềm cũng dễ nhiễm khuẩn này. Sữa chưa tiệt trùng hay sản phẩm làm từ sữa chưa tiệt trùng cũng là nguồn rủi ro cao.

Triệu chứng bệnh

Các triệu chứng của bệnh *Listeriosis* bao gồm sốt, đau mỗi cơ và buồn nôn, nôn hay tiêu chảy. Nếu vi khuẩn lan tới hệ thống thần kinh, người bệnh có thể đau đầu, cứng cổ, choáng váng, mất thăng bằng, thậm chí co giật. Tuy vậy, phụ nữ mang thai mắc bệnh có thể chỉ trải qua cảm giác ốm nhẹ giống như cảm cúm.

Chẩn đoán bệnh *listeriosis* thế nào?

Listeriosis được chẩn đoán trên cơ sở xem xét tiền sử bệnh tật và qua thăm khám lâm sàng. Bác sĩ có thể hỏi về các triệu chứng người bệnh gặp phải, thực phẩm họ mới ăn và môi trường sống ở nhà hay nơi làm việc. Có thể thực hiện xét nghiệm máu hay xét nghiệm dịch tủy để khẳng định các chẩn đoán.

Điều trị bệnh ra sao?

Người khỏe mạnh, không mang thai nếu nhiễm khuẩn này đôi khi không cần điều trị gì. Các triệu chứng thường sẽ lui dần trong vòng một tuần.

Nếu bạn đang có thai và nhiễm *Listeriosis*, bác sĩ có thể kê kháng sinh phòng lây bệnh cho thai nhi. Trẻ sơ sinh bị nhiễm *listeriosis* cũng có thể được dùng kháng sinh giống như người lớn nhưng bác sĩ sẽ phải cân nhắc và chỉ cho đơn khi chắc chắn trẻ mắc bệnh này.

Làm sao để phòng tránh bệnh *Listeriosis*?

Theo trang Webmd (Mỹ), bạn có thể ngừa bệnh bằng cách thực hành thói quen ăn uống vệ sinh,

an toàn:

- Mua sắm an toàn: Để thịt tươi sống riêng biệt với rau và các thực phẩm ăn sẵn khác. Nên mang đồ tươi sống về nhà ngay sau khi mua để bạn có thể bảo quản chúng đúng cách sớm.
- Sơ chế thực phẩm an toàn: Rửa sạch tay trước và sau khi sơ chế thực phẩm. Cũng cần rửa tay sau khi đi toilet hay thay tã cho trẻ. Rửa sạch rau và trái cây dưới vòi nước chảy. Nếu có thể, nên sử dụng hai loại thớt riêng: một cái cho đồ ăn tươi, một để thái thịt, gia cầm và hải sản sống. Bạn cũng có thể rửa sạch dao và thớt trong máy rửa bát để khử khuẩn.
- Trữ thực phẩm an toàn: Nấu, bảo quản tủ lạnh, cấp đông thịt, gia cầm, trứng, cá và các thực phẩm ăn tươi trong vòng hai giờ. Hãy đảm bảo tủ lạnh được cài đặt ở 4 độ C hoặc thấp hơn. Tuy nhiên, khuẩn *Listeria* có thể sinh trưởng trong tủ lạnh, vì vậy, cần lau sạch ngay bất cứ vết bẩn nào trong tủ, đặc biệt là nước từ thịt sống hay gia cầm chảy ra.
- Nấu an toàn: Nấu chín kỹ thực phẩm có nguồn gốc từ động vật. Nếu có điều kiện, nên dùng nhiệt kế được chế tạo để xác định nhiệt độ đảm bảo thịt đã được nấu đủ an toàn để ăn. Hâm nóng thức ăn thừa từ bữa trước ở nhiệt độ thấp nhất là 74 độ C.
- Không ăn thịt viên chưa chín kỹ và chú ý nguy cơ ngộ độc thực phẩm từ cá sống (gồm món sushi), trai, hào.
- Đọc kỹ nhãn mác các thực phẩm đóng gói. Nhãn thực phẩm đóng gói cung cấp thông tin về thời gian sử dụng thực phẩm an toàn và cách bảo quản đúng. Đọc nhãn thực phẩm và tuân thủ hướng dẫn an toàn cũng sẽ giúp giảm nguy cơ mắc bệnh vì ngộ độc.
- Khi có bất cứ lo ngại nào, không sử dụng loại thực phẩm đó. Nếu bạn không chắc thức ăn đó có an toàn không, đừng ăn. Đun lại đồ ăn đã ôi không khiến nó an toàn hơn. Đừng chỉ ngửi đồ ăn để phán đoán. Đôi khi, thức ăn ngửi và trông có vẻ vẫn ổn nhưng thực chất lại có thể gây bệnh.

Với phụ nữ có thai:

- Không ăn xúc xích, thịt hộp hay thịt nguội, trừ phi những đồ này đã được đun lại cho tới khi bốc hơi nóng.
- Không ăn pho mát mềm, trừ khi trên nhãn ghi rõ sản phẩm được làm từ sữa đã tiệt trùng. Các loại pho mát được làm bằng sữa chưa tiệt trùng có thể nhiễm *L. monocytogenes*.
- Không ăn pate để lạnh nhưng có thể sử dụng thực phẩm này nếu chúng ở dạng đóng hộp.
- Không ăn hải sản xông khói, trừ khi đó là một thành phần trong món đã được nấu chín như món hầm.
- Không uống sữa chưa tiệt trùng hay ăn thực phẩm chứa sữa chưa tiệt trùng.
- Tránh ăn các món sa lát làm sẵn trong các cửa hàng như sa lát giảm bông, gà, trứng, cá ngừ hay sa lát hải sản.