

容易受李斯特菌汙染的高風險食品有哪些呢？

國外曾發現生菜、瓜果類、未經殺菌程序的乳製品、未經充分加熱的熟狗及火腿等即時肉品及煙燻鮭魚等食品造成李斯特菌感染，國內則曾於生魚片、即食生鮮蔬果、即時肉品等檢出李斯特菌。



如何避免感染？

1. 遵守食品安全衛生原則

- (1) 要洗手
- (2) 要洗淨（包含食材及調理器具等）
- (3) 要新鮮，食物儘早食用
- (4) 要煮熟
- (5) 要生熟食分開（熟食要加熱完全）
- (6) 要注意保存溫度，避免置於室溫超過4小時或冷藏超過保存期限



2. 避免食用未經殺菌的生乳及其乳製品
3. 高風險族群（如免疫力低下者、孕婦等）應避免食用低溫保存之肉醬、即食肉類加工品（如熟狗、煙燻海鮮）、生菜沙拉及剩菜等



疫情通報及諮詢專線：1922 廣告



www.cdc.gov.tw



1922防疫達人 
www.facebook.com/TWDCD

李斯特菌會致病 飲食細節需留意



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



什麼是李斯特菌症？

李斯特菌症 (Listeriosis) 是由感染單核細胞增多性李斯特菌 (*Listeria monocytogenes*，以下簡稱李斯特菌) 所造成。

李斯特菌症有什麼症狀？

感染後的症狀表現，取決於個人免疫力。年長者、免疫力低下者（如：器官移植患者、癌症患者、後天免疫缺乏症候群患者、洗腎患者及糖尿病患者等）、孕婦、新生兒及一般免疫力正常族群的主要症狀常有不同。

受感染族群	主要症狀
一般免疫力正常者	腹瀉、噁心、嘔吐等腸胃道症狀
年長者及免疫力低下者	主要呈現敗血症及中樞神經系統感染相關症狀，如發燒、頭痛、頸部僵硬、意識混淆、失去平衡感
孕婦	通常呈現類流感症狀，但可導致流產、死胎或早產
新生兒	引發敗血症或腦膜炎，可能出現發燒、皮膚紅疹、活動力變差等症狀



人類如何感染到李斯特菌症？

1. 主要是透過攝食受李斯特菌污染的飲水或食物
2. 孕婦感染後可經由胎盤將李斯特菌傳染給胎兒，新生兒亦可能在出生過程中，因接觸母親產道的李斯特菌而受到感染
3. 李斯特菌症亦是人畜共通傳染病，少數病例是經由直接接觸李斯特菌而感染，例如獸醫或畜產工作者經接觸帶菌動物或家畜排泄物而感染



李斯特菌症會經由人傳人的方式傳染嗎？

人與人間的直接傳染相當罕見，除了孕婦可經由胎盤傳染給胎兒，或新生兒於產婦分娩，經過產道時感染外，目前尚無人傳人的案例。

哪些人是罹患李斯特菌症的高風險族群？

年長者、免疫力低下者、孕婦及新生兒等。

人類罹患李斯特菌症的致死率高嗎？

依據國內外文獻研究報告，人類罹患李斯特菌症的致死率可達20-30%。

