

# 您是否有腹泻？

这可能是由一种叫做**志贺杆菌**的细菌引起的。



## 保护您自己和您周围的人

志贺杆菌**非常容易**在人与人之间传播。如果您有腹泻，请遵循这些简单的步骤：



洗手，特别是在上完厕所后。



等到您的腹泻完全消失后再进行性生活。在性生活中使用保护措施（如避孕套或口腔保护膜）。



在您生病的时候，不要为别人准备食物。



在您完全康复之前避免游泳。

症状可能包括**腹泻、发烧和痉挛**。即使在您感觉好转之后，在您的大便中仍然有志贺氏菌，并会持续传播数周。

## 人们是如何得病的

当一个人把病人的大便弄到自己的嘴里时，志贺杆菌就会传播。即使是微量的粪便也可能使人生病。



### 手

手上沾到志贺杆菌，然后接触食物或嘴。



### 食物

吃了由患有志贺杆菌的人（或最近患病的人）准备的食物。



### 水

游泳时吞下或饮用被有志贺杆菌的大便污染的水。



### 性生活

在与患有或最近患有志贺杆菌的人进行性接触时接触到大便中的病菌。

如果您认为您可能患有志贺杆菌，请与您的医生沟通。