

# 細菌性食中毒にご注意... 第1話

これからの季節は、高温・多湿の状態が続きます。そこで細菌による食中毒について、ご注意ください。ただきたい幾つかの食中毒菌と、どうすれば防ぐことができるかについて紹介いたします。

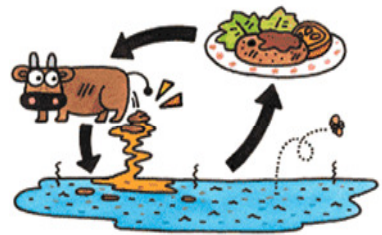
## 下痢原性大腸菌

大腸菌はヒトの腸内など自然界に広く存在します。このうち、下痢や腹痛などの腸炎を起こす大腸菌は下痢原生大腸菌と総称されます。特によく知られるO157はペロ毒素と呼ばれる強い毒素をつくる代表的なものです（他に、O26、O145、O111などが知られている）。

**(症状)** 主な症状は下痢と腹痛です。発熱、嘔吐、血便もみられることがあります。発症は乳幼児と老人に多い傾向で、老人では意識障害、けいれんなど重篤な症状に移行しやすいと言われています。

**(感染経路)** 家畜（牛、羊、豚など）の大腸をすみかとしており、汚染は家畜糞便から水や食べ物を介して広がり、ヒトからヒトへの二次的感染もあります。

**(潜伏期間)** 2～10日、O157は100個程度の微量でも感染が成立します。



## サルモネラ

この菌は最低温度 5.2℃でも生育可能なことから、冷蔵庫でも増殖するので安心できません。家畜、鳥、ネコ、ネズミ、ミドリガメなどの動物がよく保有しており、ヒトの手、糞便を介して感染が occurs。また、原因食品としては獣肉、鶏肉、卵製品（手作りケーキ、マヨネーズなど）が知られています。

**(症状)** 発熱（38～39℃）、下痢、嘔吐、腹痛です。

**(潜伏期間)** 8時間～48時間

## カンピロバクター

最近、本県でも増加傾向にある食中毒菌で、酸素濃度が3～15%の環境で増殖します。鶏肉の汚染度が比較的高く、原因食品が判明した大半が鶏肉を中心とした肉類もしくは牛レバーなどの内臓の生食によるものです。また、イヌ、ネコ、ウシ、ブタなども感染源となりやすいことが知られており、濃厚接触は注意が必要です。

**(症状)** 発熱、腹痛、下痢などの腸炎症状です。多くは2～5日で回復しますが、まれに長引く場合もあります。

**(潜伏期間)** 2～7日間

### (食中毒防止の三大原則)

- 1 付けない（清潔）
- 2 増やさない（迅速、冷却、乾燥などで増殖を抑える）
- 3 やっつける（加熱など、目安は中心部の温度が75℃、1分以上）

（感染症情報センター 記）