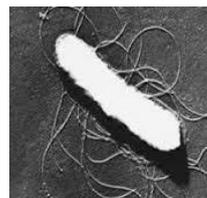


ご存知ですか？

腸管出血性大腸菌感染症



「大腸菌」は、家畜や人の腸内に存在しています。「大腸菌」のほとんどは無害ですが、なかにはヒトに下痢などの症状を引き起こすものがあり、「病原性大腸菌」と呼ばれています。

「病原性大腸菌」の中には、さらに、特別な毒素を生成する「**腸管出血性大腸菌**」と呼ばれる種類のものがあり、この菌に感染すると出血を伴う腸炎など重篤な症状に陥る場合があります。これが、「**腸管出血性大腸菌感染症**」です。

主な症状は**水様性下痢、腹痛、血便、発熱、嘔吐**です。また、感染者の6～7%が**溶血性尿毒症症候群**（致死率1～5%と重篤）または脳症などの合併症を発症するといわれています。



☆☆ 感染管理認定看護師からのアドバイス ☆☆

食中毒予防の3原則

食中毒菌を「**付けない、増やさない、やっつける**」

「付けない」

- 食品や調理器具、食器などは清潔に管理して細菌を付けない！
- ・排泄後、調理前、食事前などはしっかり手洗いしましょう。
- ・調理器具や食器、タオル、布きんなどは清潔な物を使用しましょう。
- ・台所や食卓は清潔に管理しましょう。
- ・野菜もよく洗いましょう。

感染予防のためには、**手を清潔にすることが一番重要**です。こまめに手洗いや手指消毒をするように心がけましょう。

「増やさない」

- 細菌を増やさないために保冷管理！調理後は長時間放置しない！
- ・食品は消費期限を確認して新鮮なものを購入し、保冷が必要な食品は購入後できるだけ早めに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
(目安：冷蔵 10℃・冷凍 -15℃以下)
- ・調理後の食品は長時間室温に放置せず、時間が経過した物やちょっと怪しいと思ったら、思い切って捨てましょう。



(公立丹南病院 感染管理室 宮田こず恵氏)

「やっつける」

- 十分な加熱処理や、調理器具などの消毒をする！
- ・食品の加熱は十分に行いましょう。
(目安：中心部温度が75℃で1分以上)
- ・温め直す時も十分に加熱しましょう。
(目安：75℃以上)
- ・電子レンジを使うときは、均一に加熱されるようにしましょう。
- ・肉や魚を切った包丁やまな板は、きれいに洗って消毒しましょう。
(熱湯や消毒薬を使用)

丹南健康福祉センターからのお願いです！！ ～ **お肉は生で食べないで！！** ～

- ・肉や牛レバーなど、生の肉や加熱不足の肉を原因とする食中毒が増えています。
- ・肉は**腸管出血性大腸菌**以外にも、**カンピロバクター**という食中毒菌に汚染されている可能性があります。これらの菌は、牛レバーや鶏肉の内部まで存在し、少量の菌数でも、食中毒を発症します。

「新鮮だから安全」は間違いです。

- ・「**生食用**」の豚肉・鶏肉・牛レバーは流通していません。すべて加熱が必要です。

お肉はしっかり中心部まで焼きましょう。(75℃ 1分以上)

もっと詳しく知りたい方は

腸管出血性大腸菌 Q&A

検索



厚生労働省HPをご覧ください。

【担当】内容へのご質問やご意見はこちらへ → 福井県丹南健康福祉センター 地域保健課

Tel (0778) 51-0034 Fax (0778) 51-7804 E-mail t-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp 配信希望（停止）はメールでご連絡ください。