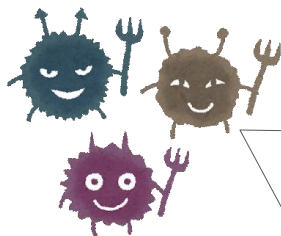


腸管出血性大腸菌感染症



- ・大腸菌は、家畜や人の腸内に存在します。ほとんどのものは下痢の原因にはなりません。いくつかのものは、下痢などの消化器症状や合併症を起こすことがあり、病原大腸菌と呼ばれています。
- ・病原大腸菌の中には、毒素を産生し、出血を伴う腸炎や溶血性尿毒症症候群を起こす腸管出血性大腸菌と呼ばれるものがあります。「腸管出血性大腸菌O157」が代表的で、そのほか「O26」や「O111」などが知られています。
- ・主な症状は水様性下痢、腹痛、血便、発熱などです。

☆☆感染管理認定看護師からのアドバイス☆☆

細菌が原因となる食中毒は夏場（6月～8月）に多く発生しています。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温（約20℃）で活発に増殖を始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時には、細菌による食中毒が増えます。

《食中毒予防の3原則》

1. 調理前に必ず手洗い（菌をつけない） ➡ **洗う！分ける！**

生ものを切ったまな板などの器具から、加熱しないで食べる野菜へ菌が付着しないように使用の都度きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。

2. 生鮮食品はすぐに冷蔵庫へ（菌を増やさない） ➡ **低温で保存する！**

生鮮食品やお惣菜は購入後できるだけ早く冷蔵庫に保管します。冷蔵庫に入れた後もできるだけ早く食べることが大切です。

3. 食材を中心まで加熱する（菌をやっつける） ➡ **加熱処理！**

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。肉や魚、卵料理に使用した調理器具は洗剤でよく洗い、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。



腸管出血性大腸菌は75℃で1分以上の加熱で死滅しますので、十分加熱して食べましょう！！

（医療法人寿人会 木村病院 林 幾代氏）

もっと詳しく知りたい方は

腸管出血性大腸菌感染症 Q&A

検索



【丹南健康福祉センターからのお知らせ】 熱中症に注意しましょう！

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給しましょう。



【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。

もっと詳しく知りたい方は

福井県 熱中症

検索

