

⚠ 感染性胃腸炎 に 注意 ⚠

感染性胃腸炎とは？

感染性胃腸炎は、ウイルスまたは、細菌に感染することによって引き起こされる胃腸の炎症です。

BBQ やキャンプの機会が増えるこの時期は**病原性大腸菌（0-157 など）**や**カンピロバクター**などの細菌による感染性胃腸炎に特に注意が必要です。これらの菌は、**食品を十分に加熱せずに食べる**ことや、菌が付着した**調理器具や手指などを介して**感染します。

どんな症状がでるの？

主な症状は、**腹痛、下痢、嘔吐、発熱**で症状の程度には個人差があります。



感染予防のために、手指や調理器具はこまめに洗い
食品は十分に加熱して食べるようにしましょう。



公立丹南病院
感染管理認定看護師 遠藤 築氏

感染管理認定看護師からのアドバイス

食中毒予防は、『つけない』『増やさない』『やっつける』！！

つけない！



- ・タオルやふきんは清潔なものと交換しましょう。
- ・生肉や魚等の汁が、果物やサラダ等の生で食べる物や調理の済んだ食品にかからないようにしましょう。
- ・生の肉や魚を切った包丁やまな板は、洗ってから熱湯をかけて使うとよいでしょう。

増やさない！



- ・食材の購入後はなるべく早く家に持ち帰り、冷蔵庫で保管するようにしましょう。
- ・店舗から自宅までの間、保冷剤等で食品を冷やすことよいでしょう。

やっつける！



- ・加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。食中毒菌がいたとしても殺菌することができます。
- ・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。

重要！

感染性胃腸炎の予防においても感染対策の基本は手を清潔にすることです。
こまめに手洗い、手指消毒を行いましょう。

もっと詳しく知りたい方は、次の厚生労働省のHPをご覧ください。

腸管出血性大腸菌感染症 Q&A

検索

