

0157 食中毒に注意!

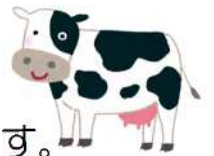
ねりま食品衛生だより第62号 平成29年9月28日発行

練馬区保健所 生活衛生課 食品衛生担当係 5984-4675 練馬地区 3992-1183 / 石神井分室 3996-0633

最近、腸管出血性大腸菌0157の感染者が例年より多く発生しています。特に、抵抗力の弱い子どもや高齢者が感染すると、重症になることがあるため、注意が必要です。

0157の特徴は?

牛など動物の腸管内に存在し、糞便を介して食品、飲料水を汚染します。わずか数百個程度の非常に少ない菌数で発症します。熱に弱く、75℃で1分間以上加熱すると死んでしまいます。生肉を触った手や感染者の便を介して感染することもあります。



症状



水様便、激しい腹痛、ときに血便になります。感染しても健康な成人は無症状であったり、単なる下痢で終わることも多いです。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は腎臓や脳に重い障害を起こし、命に係わることもあります。潜伏期間（感染してから症状が現れるまでの期間）が平均3日～5日と長いです。

過去の原因食品



日本：牛レバ刺し、ユッケ、メンチカツ、井戸水、サラダ、浅漬けなど
欧米：ハンバーガー、ローストビーフ、アップルサイダーなど



おなかが痛くて下痢が続いたり、出血を伴う下痢の場合は、すぐに医師の診察を受けてください!

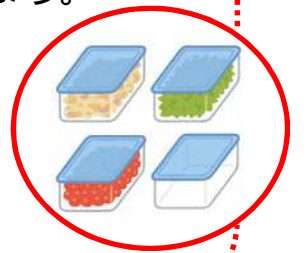
通常の食中毒対策を確実に

0157をつけない
増やさない
やつける

予防のポイント

牛レバ刺しは
禁止！

- 肉の生食は避け、十分加熱して食べましょう。特にハンバーグやメンチカツなどひき肉料理は、注意が必要です。なお、牛レバーおよび豚肉（レバーなど内臓を含む）の生食は禁止されています。
- 調理や食事の前、生肉を扱った後、トイレの後にはしっかり石けんで手を洗いましょう。
- 生野菜は、しっかりと洗ってから食べましょう。
- 生肉を扱った包丁、まな板、ボールなどはよく洗い、熱湯や塩素系漂白剤などで消毒してから使いましょう。特に生野菜やサラダなどを調理する時は調理器具を区別しましょう。
- 調理済の食品を冷蔵保管する際は、生肉のドリップ等で汚染されないよう、ラップや蓋付きの容器を使用しましょう。
- 発症した人のいる家庭では、糞便に汚染された下着等の取り扱いに注意しましょう。



「新鮮だから生でも安全」
ではありません！

焼肉、バーベキューの時の注意！

- よく加熱して、お肉を生焼けのまま食べないようにしましょう！
- 生肉用の tong や箸を使用するなど、食べる時に使用する箸と分けましょう。生の肉に使用した皿は焼いた肉を盛り付ける皿には使わないようにしましょう。

