

防ごう腸管出血性大腸菌

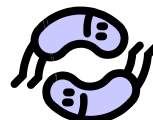


(0157・0111・026)

腸管出血性大腸菌(0157など)って何？

腸管出血性大腸菌O157などが問題になっているのは、非常に感染力や毒性が強く、子どもや高齢者を中心に死者や重症患者が出ているためです。現在、O157などによる「腸管出血性大腸菌感染症」は「三類感染症」に指定され、予防への注意が呼びかけられています。

0157などの特徴は？



- 1 強い感染力** O157などはわずか100個たらずの菌でも感染し、食物にごく少量ついていたりタオルの共用や入浴などにより感染する危険があります。そのため、他の食中毒菌以上に予防が必要です。
- 2 強い毒性** 大腸で「ベロ毒素」と呼ばれる猛毒を作り出します。そのため、抵抗力が弱い乳幼児や高齢者が重症になり、腎臓や脳に重い障害を起こすことがあります。
- 3 長い潜伏期間** 潜伏期間がおおよそ3～8日間と長く、感染源が特定しにくいいため、汚染された食品が流通したり、二次感染などで、感染が広がる危険があります。

0157などの感染経路は？

O157などは、本来牛などの動物の腸管に住む菌です。しかし、飲み水や食べ物に菌が少量でもついていれば、どれも感染源になります。O157などは口から入ることで感染しますので、予防のためには食べ物や水を介して、口の中に入らないようにすることが大切です。

*「二次感染」・・・感染した人から、入浴・タオルの共有・便の処理などを機会に、他の人へ感染する
「二次汚染」・・・菌に汚染された手や調理器具が食べ物に菌をつける

O157などの詳細はhttp://www1.mhlw.go.jp/o-157/o157q_a/index.htmlをご覧ください。

気になる症状があった時は？

症状からO157などの感染が疑われる場合は、すぐに病院を受診しましょう。



主な初期症状 ●鋭い腹痛 ●鮮血が混じった下痢 ●発熱、吐き気・嘔吐

子どもや高齢者は注意！

乳幼児や高齢者は「溶血性尿毒症症候群」など症状が重くなりやすいので、感染予防し、感染が疑われるときはすぐに医師の診察を受けましょう。

「溶血性尿毒症症候群」

ベロ毒素で、急性腎不全や尿毒症、溶血性貧血、脳障害などを起こす病気。発症率はO157などの感染者の5～10%ですが、乳幼児や高齢者が発症すると死に至る危険があります。

0157などはこうして防ぐ！

1 手洗いは、感染予防の第一歩！

- 排便後、調理時、食事前には石鹸と流水で十分に手洗いをしましょう。
- 特に、小さい子どもの排便後、帰宅後の手洗い習慣を！



2 お肉は生で食べないで！

- 生の肉や内臓（レバーなど）は新鮮なものでもO157などの細菌による食中毒が発生する危険性があります。よく加熱して食べましょう。
- 牛のレバーなどの内臓は生で食べないようにしましょう。

- 子どもや高齢者などの抵抗力の弱い人は、食品衛生法に基づく規格基準に合う生食用食肉（ユッケやタタキなど）であっても、食べさせないようにしましょう。
- 牛の肝臓（レバー）を生食用として販売・提供することは禁止されています。

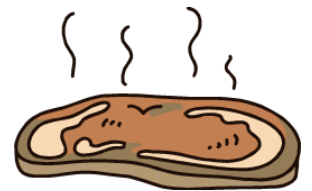


豚肉も注意！！

豚肉にはE型肝炎ウイルスやサルモネラ菌、カンピロバクター、寄生虫などが生息しています。レバ刺しなどの生食はやめ、よく加熱して食べるようにしましょう。SPF豚という特定の病原体を持たない豚も、上記の食中毒菌などは保菌しているのです。生で食べないで下さい。

3 バーベキューや焼肉のときも注意！

- 食肉は、中の色が変わるまで、よく焼きましょう。
- 焼くはし（トング）を用意し、食べるはしと区別しましょう。



4 下痢をしている人がいたら

- 下痢をしている人の便で汚れた衣服は、家族と別にし、洗濯し次亜塩素酸ナトリウムを含む家庭用塩素系漂白剤に浸してから洗濯し、天日で十分に乾かしましょう。
- 下痢をしている人は、入浴せずシャワーにするか、最後に入る。混浴はしない。また、バスタオルを共有しないことも重要です。

○食中毒予防に関するお問い合わせ先

奈良市保健所生活衛生課食品衛生係

TEL：0742-93-8395

○感染症予防に関するお問い合わせ先

奈良市保健所保健予防課感染症係

TEL：0742-93-8397