

腸管出血性大腸菌

0157に注意しましょう！

平成29年8月の感染症発生動向調査における腸管出血性大腸菌0157の感染者が例年より多く発生しています。

0157による食中毒は、無症状病原体保有者が調理中に食品を汚染したり、汚染された食品の殺菌不足や食肉の加熱不足などにより発生します。また、非常に少量で感染するため、二次感染の危険性もあります。菌の特徴を理解し、食中毒予防・感染予防に努めましょう！

予防のポイント



①しっかり加熱！

- 食材は中心まで75℃1分以上の加熱をしましょう。

②器具の消毒！

- 調理器具(まな板、包丁など)は用途ごとに使い分け、作業ごとに塩素系消毒剤で消毒しましょう。煮沸消毒も有効です。

③生野菜はよく洗う！

- 流水で3回以上水洗いしましょう。
- 中性洗剤や、必要に応じて塩素系消毒剤も有効です。
- 生野菜を洗浄する場合は、ボールなどを使い生野菜が直接シンクに触れないように注意してください。
- 二次汚染の予防のために、シンクも洗浄・消毒しましょう。

④手洗いを念入りに！

- 食肉に触った後やトイレの後は、必ず石けんで手を洗い消毒しましょう。
- 体調不良でなくても、自分が感染しているかもしれないという意識を持ち、手洗いを習慣づけましょう。

※詳しくは裏面をご覧ください。

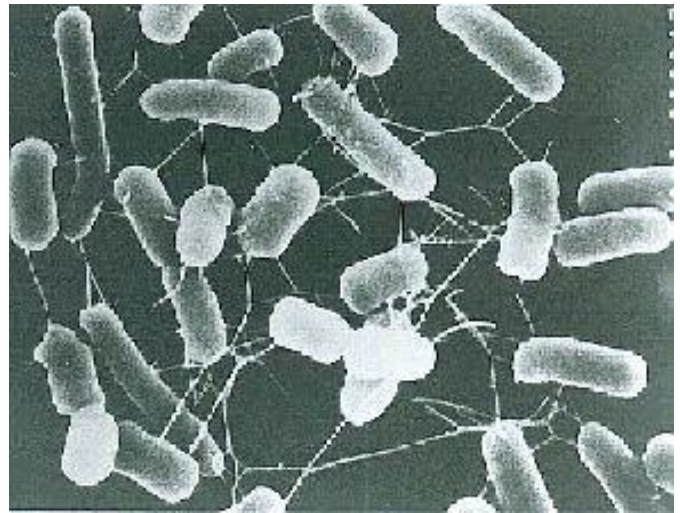
腸管出血性大腸菌O157とは？

菌の特徴は？

大腸菌は人や動物の腸管に存在し、通常病原性はありません。しかし、いくつかの大腸菌は人に対して病原性があります。

腸管出血性大腸菌O157はVT1、VT2の2種類（あるいはいずれか1種類）のベロ毒素を産生する大腸菌で、出血性の大腸炎を起こします。感染しても健康な成人では無症状であったり、単なる下痢で終わることもあります。

しかし、乳幼児や小児、基礎疾患を有する高齢者では腹痛や血便などの出血性腸炎のほか、まれに急性腎不全、血小板の減少、貧血などの症状を呈する溶血性尿毒症症候群（HUS）を引き起こすことがあります。



(写真: 東京都健康安全研究センター提供)

どんな食品が原因となりますか

腸管出血性大腸菌O157は、牛などの家畜が保菌している場合があります、これらの糞便に汚染された食肉からの二次汚染により、あらゆる食品が原因となる可能性があります。過去には、牛肉及びその加工品、サラダ、白菜漬、井戸水等による食中毒事例があります。

また、ベロ毒素産生性大腸菌では、米国でハンバーガーパーティやローストビーフなど牛肉が汚染源となった事例が多く報告されています。大部分の事件で原因食品が特定されていないことから、予防対策が非常にたてにくくなっています。

どんな症状ですか

潜伏期間は平均4～8日で、症状は激しい腹痛で始まり、数時間後に水様下痢を起こすことが多く、1～2日後に血性下痢（下血）がみられます。血性下痢は、ほとんどが血液で、糞便を含まないことがあります。また、溶血性尿毒症症候群（HUS）や、脳障害を併発することがあります。HUSは、下痢が始まってから約1週間後に、赤血球の破壊による溶血性貧血、血小板の減少及び急性腎不全などの症状が現れます。重症の場合は死亡します。

予防のポイントを教えてください

1. 生野菜などはよく洗い、食肉は中心部まで十分に加熱すること。
2. 冷蔵庫内で食品を保存する際は、フタ付き容器に入れ相互汚染を防止すること。
3. 食肉用、野菜用、そのまま食べる食品用など、専用の調理器具を使用すること。
4. 調理器具は十分に洗い、熱湯又は塩素系消毒剤で消毒すること。
5. 必ず調理前、生肉を触った後、トイレの後等には石けんで手を洗い、消毒すること。
6. 水道管直結以外の水を飲用あるいは調理に使用する場合は、必ず年1回以上の水質検査を受け、飲用に適しているか否かを確認すること。
7. ビルなどの貯水槽の清掃・点検を定期的に行うこと。

お問い合わせ 台東保健所 食品衛生担当（TEL：3847-9466）