



EMERGENCY WATCH

NO. 92 Aug 2018



神戸こども初期急病センター

2018年7月
受診者数
2332人

疾患頻度

- | | |
|--------------|------|
| 1. 急性上気道炎・感冒 | 581人 |
| 2. 感染性腸炎 | 414人 |
| 3. 咽頭炎・扁桃炎 | 301人 |
| 4. 喘息 | 129人 |
| 5. じんましん | 95人 |



まだ暑さが続き、なかなか食欲がわかない方も多いかと思いますが、今回は年中流行している食中毒についてとりあげたいと思います。

Q 原因は？

細菌は温度や湿度などの条件がそろえば食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べるにより食中毒を引き起こします。一方、ウイルスは低温や乾燥した環境中で長く生存します。ウイルスは、細菌のように食べ物の中では増殖しませんが、食べ物を通じて体内に入ると、人の腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。

細菌：夏場(6月～8月)に多く発生しています。その原因となる細菌の代表的なものは、腸管出血性大腸菌(O157、O111など)やカンピロバクター、サルモネラ属菌などです。室温で活発に増殖し始め、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。

ウイルス：低温や乾燥した環境中で長く生存するウイルスが原因となる食中毒は冬場(11月～3月)に多く発生しています。食中毒の原因となる代表的なウイルスであるノロウイルスは、調理者から食品を介して感染する機会が多く、ほかに二枚貝に潜んでいることもあります。

このほか、毒キノコやフグなどの「自然毒」、アニサキスなどの「寄生虫」なども、食中毒の原因となっています。

Q どこからくるの？

食中毒の原因となる細菌やウイルスは目に見えないため、どこにいるか分かりませんが、私たちの周りの至るところに存在している可能性があります。

肉や魚などの食材には、細菌やウイルスが付着しているものと考えましょう。

また、いろいろな物に触れる自分の手にも、細菌やウイルスが付着していることがあります。細菌やウイルスの付着した手を洗わずに食材や食器などを触ると、手を介して、それらにも細菌やウイルスが付着してしまいますので、特に注意が必要です。

きれいにしているキッチンでも、食中毒の原因となる細菌やウイルスがまったくいないとは限りません。食器用スポンジや布巾、シンク、まな板などは、細菌が付着・増殖したり、ウイルスが付着しやすい場所とされています。

Q どうすれば予防できるの？

食中毒の原因菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」！

- ・つけない＝洗う！分ける！
- ・増やさない＝低温で保存する！
- ・やっつける＝加熱処理！

食中毒は家庭でも発生します。免疫力の弱い小児は重症化する可能性もあります。

さらに詳しく知りたい方は、厚生労働省のホームページをご覧ください。