

暑い夏！こんな菌にご用心！！

～夏に多い食中毒は？～

高温多湿なこの時期は細菌による食中毒が発生しやすくなります。
十分な対策と予防を実施しましょう



カンピロバクター

感染源としては、**鶏肉**が原因のことが多いです。生の鶏肉を食べる際には要注意！
感染から発症までは2～7日ほどかかります。主な症状は発熱、腹痛、吐き気、倦怠感など。カンピロバクターは**熱に弱い**ので、**十分に加熱**するようにしましょう。



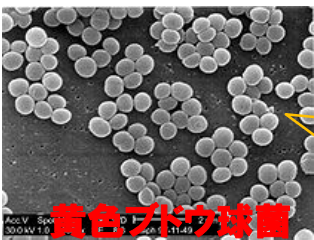
O-157(腸管出血性大腸菌)

家畜の大腸に生息しています。家畜の糞便から水や食物を介して人から人に感染します。**生レバーなどは特に要注意！**
感染から発症までは、2～9日。激しい腹痛、下痢、血便など。
低温には強く冷蔵庫内でも生きれます。
加熱に弱いので、中心温度を75℃以上に加熱することで予防できます。



サルモネラ

人や動物の消化管に生息しています。**鶏卵の殻**に付着しているイメージが強いですが**白身や黄身鶏肉にも存在します**。その他、マヨネーズ、加熱不十分な食肉類など。ミドリガメなどのペットと接触後は手洗いをしましょう。
感染から、発症までは8～48時間と短く、激しい腹痛、下痢、吐き気の症状が出ます。熱に弱いので、お肉は十分に加熱し卵を生で食べるのはできるだけ控えましょう。



黄色ブドウ球菌

身近に存在する菌ですが、様々な食べ物の中で増殖し、エンテロトキシンという毒素によって吐き気、嘔吐、腹痛などの症状を引き起こします。感染から発症までは30分～6時間(平均3時間)と短時間です。**エンテロトキシンは熱に強い**ため、**加熱しても毒素はなくなりません**。食品内での増殖を防ぐことが大切なので、**手や指に傷がある人は調理しない、調理の前にしっかり手を洗うことが重要です**。



バーベキューをする機会も多い季節ですが、食品の取り扱いには十分注意して下さい。
また、手洗いをしっかり行うことも大切です。
健康で楽しい夏を過ごしましょう



★読まれた方はサインをして下さい。未読者がががないように声掛けをお願いします★

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |