

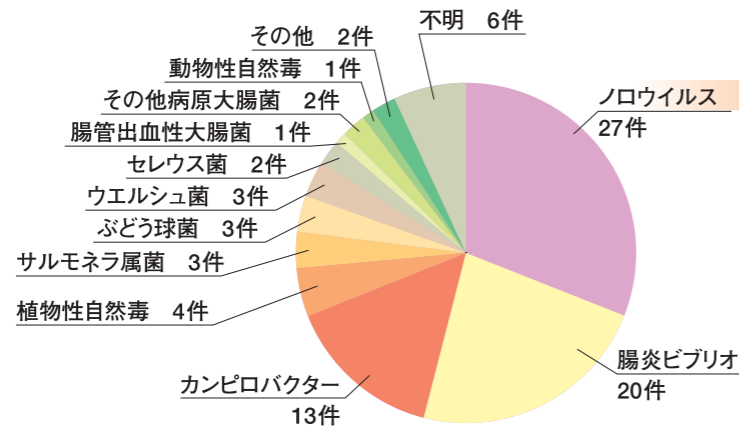
「食中毒は夏に起るもの」と思っていませんか？ サルモネラや腸炎ビブリオなど細菌による食中毒は気温が高い季節に多く発生するのですが、ウイルスによる食中毒は冬場に多く発生し、食中毒に対する注意は季節を問わず必要なのです。食中毒を起こす原因にはそれぞれ特徴があり、それを知ることが予防の第一歩です。正しい知識で家庭から食中毒を遠ざけましょう！

【食中毒を起こす主な原因】

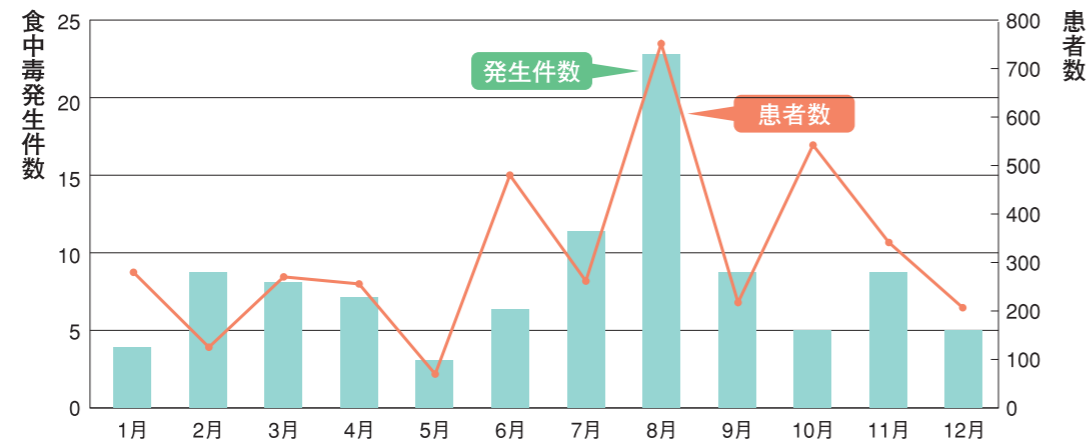
分類	原因物質	汚染源になりやすいもの	原因となりやすい食品
細菌	サルモネラ	動物	生肉の刺身、生卵
	腸炎ビブリオ	魚介類	魚介類の刺身、寿司
	カンピロバクター	動物	鳥肉の刺身
	黄色ブドウ球菌	化膿したきず	おにぎり、弁当
	腸管出血性大腸菌	動物(主に牛)	生肉の刺身
ウイルス	ノロウイルス	二次汚染された食品	二枚貝
自然毒	フグ毒		フグ
	植物性自然毒		毒キノコ、毒草

【食中毒の発生状況】

■ 過去5年間の食中毒件数原因別 (平成15年～19年累計)



■ 過去5年間の月別食中毒発生件数・患者数 (平成15年～19年累計)



ノロウイルスによる胃腸炎にご注意!

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は年間を通じて発生しますが、特に秋から春にかけての冬場に多く発生します。感染性が強く、集団感染になることがあるので注意しましょう。

ノロウイルスとは?

- ノロウイルスはヒトの小腸で増殖し、下痢等を起こすウイルスです。

感染経路は?

- ウイルスに汚染された二枚貝を不十分な加熱で食べることで、感染することがあります。
- 食品による感染の他、感染したヒトの便やおう吐物を介し、ヒトからヒトへ感染することがあります。

症状は?

- 感染してから24～48時間で発症します。感染しても全員が発症するわけではありません。
- 主な症状は、下痢、吐き気、おう吐、腹痛、発熱(38℃以下)など、風邪に似た症状です。

予防するには?

- 二枚貝を加熱する場合は、十分に加熱してから食べましょう。
- 加熱調理用のカキを生では食べないようにしましょう。
- 用便後、調理前、食事前にはよく手を洗いましょう。
- 生ものを扱った調理器具は洗浄後、熱湯などで消毒しましょう。

二次感染を予防するためには?

- 患者のおう吐物や便は、感染性があります。次のことに注意しましょう。
- 患者のおう吐物や、便で汚れたものを処理するときは、なるべく使い捨てのビニール手袋などを使いましょう。
 - 患者のおう吐物や便で汚れたものなどは、塩素系漂白剤で消毒しましょう。
 - 調理従事者は、下痢、吐き気、おう吐、腹痛、発熱などの症状があるときは、調理への従事は避けましょう。
 - 症状があるときは早めに医療機関を受診しましょう。

※消毒方法の詳細はVol10をご覧ください。

ふぐによる食中毒にもご用心!

冬場はふぐの美味しい季節です。しかし、ふぐをむやみに料理して食べると、猛毒のために食中毒を起こし、時に死亡する場合があります。

ふぐ毒は猛毒!

- ふぐ毒は麻痺による呼吸困難を引き起こします。ふぐ中毒には特効薬はなく、致死率が極めて高いことが特徴です。
- ふぐ毒の名称はテトロドトキシン。
 - テトロドトキシンの毒性は青酸カリの1000倍で、致死量は0.5～2mg。
 - 肝臓や卵巣、種類によっては皮や精巣、筋肉にも毒が存在。
 - ふぐの毒性はふぐの種類や部位(臓器等)、漁獲海域によって、大きく異なる。

ふぐ中毒の症状

ふぐ中毒の経過は非常に早く、食べてから死亡するまでの時間は4～6時間くらいです。ふぐを食べてしびれを感じたら、医療機関に速やかに受診してください。

ふぐの素人料理は危険!

- ふぐの中毒のほとんどは、素人が自分で釣ったふぐを家庭で調理して起こっています。
- ふぐ毒は熱に大変強いので、煮たり焼いたりしてもなりません。
- ふぐは種類も多く、また、毒力の季節による変動、個体差などがあり、食用にするためには専門の知識や技術が必要です。

ふぐの取扱い資格について

千葉県では、ふぐを取扱う営業をするには、ふぐ処理師の資格をもち、施設ごとに保健所長の認証を受けることが必要です。

ふぐの素人料理は危険ですので絶対にやめましょう!

