

病原性大腸菌O-157 感染予防について

福井大学保健管理センター

食中毒は、病原微生物（細菌、ウイルスなど）性、自然毒性、化学性などに分けられますが、圧倒的に多いのは細菌性（黄色ブドウ球菌、サルモネラ、腸炎ビブリオ、病原性大腸菌など）です。

高温・高湿度となる夏季の日本列島は、食中毒起因菌の増殖にきわめて適しており、不衛生な食品の取扱いに起因する細菌性食中毒が毎年多発しています。

病原性大腸菌 O-157とは、細菌性食中毒を起こす病原性大腸菌の一つであり、赤痢菌と類似の毒素（ベロ毒素）を出す性質を持っています。他の食中毒起因菌とは異なり、少数の菌量でも感染を起こし、ヒトからヒトへの感染もみられます。

感染すると強烈な腹痛と水様下痢など急性胃腸炎の様相を呈し、重症例では1～2日後に出血性下痢、血尿を起こし死亡することもあります。食中毒の最良の治療は予防です。下記三原則を守って、よい夏をお過ごし下さい。

食中毒予防の三原則

* 清潔に —細菌をつけないように—

必ず十分な手洗い後に食品を取り扱うこと（特に用便後）。まな板、包丁、ふきん等は使用後すぐ洗剤と流水でよく洗うこと。特に生の肉や魚を切った後の包丁やまな板は、洗ってから熱湯をかけておくこと。

* 迅速に冷却・保温を —細菌を増やさない—

購入した生鮮食品は速やかに冷蔵庫や冷凍庫に保管すること。

* 加熱 —細菌を殺す—

加熱調理する際は、中心部の温度が摂氏75度以上になるように加熱すること。冷凍食品を解凍後は、放置せず速やかに調理すること。

症状が現れたら

疑わしい症状があらわれたら、直ちに医療機関で診断・治療を受けて下さい。抗生物質が奏効すると一週間程度で治りますが、投与することが適切でない場合や重症の場合に入院治療を必要とすることがあります。

安易な下痢止め使用は、症状をかえって悪化させることがあるので注意が必要です。下痢による脱水予防のため、スポーツドリンクなどで経口補液を十分に行ってください。