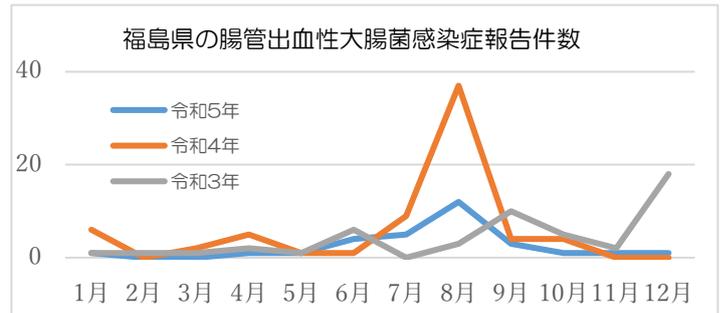


初夏～初秋は

腸管出血性大腸菌多発期！

初夏～初秋は菌が増えるのに適した気温であり、これに人の体力低下や食品の不衛生な取り扱い等の条件が重なることで腸管出血性大腸菌感染症が発生しやすくなります！

福島県では、夏に多くの腸管出血性大腸菌感染症が報告されています。



参考：福島県 感染症発生動向調査

腸管出血性大腸菌とは？

腸管出血性大腸菌とは、毒力の強いベロ毒素を産生し出血を伴う腸炎を引き起こす大腸菌で、代表的なものは「O157」「O26」「O111」等があります。

腸管出血性大腸菌の特徴として次のものがあげられます。

●感染力が強い

感染力が非常に強く、少量の菌でも感染します。

感染すると便と一緒に菌が排出されるので、手指を介して食品や共用タオル、トイレの水洗レバーやドアノブ等に菌が付着し、二次感染を起こします。

トイレ使用後は必ず
手を洗いましょう！



●毒性が強い

特に乳幼児や高齢者は、ベロ毒素によって「溶血性尿毒症症候群（HUS）」等を引き起こすことがあります。

※溶血性尿毒症症候群とは、溶血性貧血・血小板減少・腎機能障害を三徴とする症候群で、尿が出にくい・出血を起こしやすい・頭痛・痙攣・昏睡等の症状が見られます。



●潜伏期間が長い

潜伏期間はおおよそ3～8日間です。

無症状の潜伏期間をすぎると、初期には下痢や腹痛が起きます。



症状

全く症状がないものから軽い腹痛や下痢のみで終わるもの、さらに激しい腹痛、頻回な水様便、著しい血便とともに重篤な合併症を起こし死に至るものまで様々です。

多くの場合は激しい腹痛と頻回の水様便、血便が見られます。

発症後1～2週間後は、溶血性尿毒症症候群を起こすことがあるので注意が必要です！



腸管出血性大腸菌感染症を予防しましょう！

予防対策

腸管出血性大腸菌感染症は、菌に汚染された食品（牛肉やレバー等の食肉類、サラダや浅漬け等の未加熱調理品、消毒されていない井戸水等）を摂取することや患者の糞便等から二次感染することで感染します。予防対策のポイントは次のとおりです。

- ① 食肉（レバー等の内臓肉を含む）の生食は避け、十分に加熱して食べましょう。
⇒中心部の温度が75℃で1分以上加熱しましょう！
- ② 加熱せずに食べる野菜、果物等は水道水でよく洗いましょう。
- ③ 普段から調理前や食事前、トイレ使用後は、石鹸で手を洗いましょう
- ④ 家庭で食事を作るときは「家庭でできる食中毒予防6つのポイント」を実行しましょう
 - ・食品の購入：肉や魚等は水分が漏れないようにビニール袋に分けて入れましょう。
 - ・家庭での保存：冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保ちましょう。
肉や魚等はビニール袋や容器に入れ、ほかの食品に肉汁等がかからないようにしましょう。
 - ・下準備：魚、肉、卵等を取り扱った後は手を洗いましょう。
 - ・調理：加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。
 - ・食事：食べる前に手を洗いましょう。
 - ・残った食品：残った食品を温め直すときも十分に加熱しましょう。
ちょっとでも怪しいなと思ったら、食べずに捨てましょう。詳しくは、厚生労働省「家庭でできる食中毒予防6つのポイント」をご覧ください。
- ⑤ 集団給食施設では、HACCP（ハサップ）に基づいた衛生管理を徹底しましょう。

もし感染してしまったら・・・？

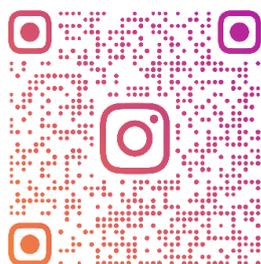
- ・腹痛や下痢、血便等の症状があり、感染したかな？と思ったときは早めに医療機関を受診しましょう。
- ・便で汚れた服は家族のものとは別に洗濯しましょう。
- ・タオルは共有しないようにしましょう。
- ・お風呂は最後に入るかシャワーやかけ湯のみにしましょう。
- ・糞便処理するときは、使い捨て手袋を使用し、作業後に手をよく洗いましょう。
乳幼児や高齢者のおむつ交換時にも十分に気を付けましょう！
- ・トイレの水洗レバーやドアノブ等の菌が付きやすい場所はしっかり消毒しましょう。
⇒0.02%次亜塩素酸ナトリウムの消毒液を十分に含ませた布で拭き取りましょう！

※自己判断で薬を服用しないで
ください！！

下痢止めを服用することによって
ペロ毒素が体外に排出されにくく
なることがあります。



県北保健所感染症
Instagramの
QRコードです！
ぜひフォローして
ください！！！！



KENPOKU.KANSEN

発行日：令和6年8月20日

発行元：福島県県北保健所医療薬事課

住所 〒960-8012 福島市御山町8-30

電話 024-534-4108

ホームページ：検索キーワード

県北保健所