



0157,026,0111 等 腸管出血性大腸菌感染症を 予防しましょう

ペロ毒素という強い毒素を産生する大腸菌による感染症です。平成 24 年 8 月に札幌市を中心として白菜の浅漬による腸管出血性大腸菌 O157 の食中毒が発生しました。最終的に 169 人の患者と 8 人の死者を出しました。旭川市においても令和元年は市内で集団発生を含む 79 件の発生がありましたので、次のとおり御注意ください。

潜伏期間・症状

【潜伏期間】～多くは3～5日。

【症状】～激しい腹痛を伴う頻回の水様便の後に、血便となります。発熱は軽度(多くは 37℃台)。これらの症状のある人のうち6～7%の人が下痢などの初発症状の数日から2週間以内(多くは5～7日後)に溶血性尿毒症症候群や脳症などの重症合併症を発症すると言われています。

うつり方

腸管出血性大腸菌が口に入ることによって感染します(会話、咳、くしゃみ、汗などでは感染しない)。

【食べ物から】～腸管出血性大腸菌は牛、豚、羊等の大腸をすみかとしています。これら家畜の糞便に汚染された食物や水が感染源となります。牛肉や井戸水の他、生野菜など様々な食品や食材から腸管出血性大腸菌が検出されています。

【人の便から】～感染した人の便で汚染されたものを介して感染することがあります。

【その他】～動物とのふれあいにより感染した例もあります。

菌の特徴

- ①低温に強く、冷蔵庫内でも生きることができます。
- ②菌の増殖は、温かく、栄養分、水分のあるところで盛んになります。
- ③熱に弱く、75℃以上で1分間以上加熱すると死滅します。



ポイント

手洗いをしましょう

石けんと流水でしっかり手洗いをしましょう。

(特に調理前や排泄後、症状のある方をお世話した後など)



便を処理する時は

使い捨てのゴム手袋を使い、決まった場所でおむつ替えをしましょう。終わった後は手洗いと消毒を。



アルコールでの消毒

トイレの取っ手やドアノブ、レバーなど、汚染されやすい場所の消毒や手洗いの後に使うなどは、予防のために有効です。

食材等の取り扱いに

注意しましょう

- ・肉類は生食を避け、中までしっかり火を通しましょう。
- ・食材は流水でよく洗いましょう。
- ・調理したものはすぐに食べましょう。
- ・井戸水を使っている場合は衛生管理に注意し、煮沸してから飲むようにしましょう。



入浴

症状のある方が入浴する際は、なるべく浴槽に入らず、シャワーか、かけ湯を行ってください。浴槽に入る場合は、一番最後に入りましょう。タオルは共有しないようにしましょう。

調理器具の取り扱いに

注意しましょう

- ・使用後の調理器具は、洗剤と流水で洗い、台所用漂白剤や熱湯で消毒しましょう。
- ・野菜や果実など生食用食品に用いるまな板と、肉や魚に用いるまな板は使い分けましょう。

気になる症状があるときは

すぐに受診しましょう。

(強い腹痛や血便がある場合は特に注意が必要です)



洗濯

便で汚れた衣類は、消毒後、家族のものとは別に洗いましょう。

