

お元気ですか

●医師会だより No.279 2023.7月号

みんなでよりそい すこやか いわて

夏の食中毒に気をつけましょう!

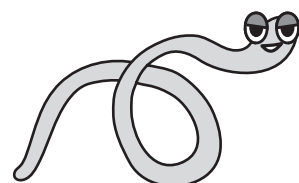
- ①どこに潜んでいる? ②発症までの時間は?
③主な症状は? ④予防対策は?

※イラストは、実際の形を参考に理解しやすいよう擬人化したものです。

▼原因はいろいろ。下記の予防対策を参考に元気な夏を!▼

アニサキス

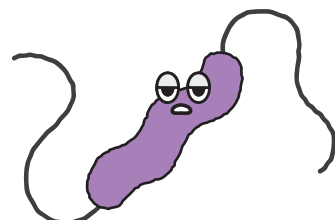
- ①魚介類など
(サンマ カツオなど)
- ②数時間～数日くらい
- ③腹痛、吐き気・嘔吐、
じんましん
- ④魚介類の加熱か冷凍
(酢やワサビでは死なない)



! 胃の粘膜に刺さって
痛みを引き起こす

カンピロバクター

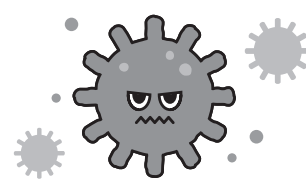
- ①鶏肉など
- ②1日～7日くらい
- ③腹痛、下痢、発熱
- ④・手洗い
・肉にはよく火を通す
・器具の洗浄



! 生や半生の鶏肉料理
には注意が必要

ノロウイルス

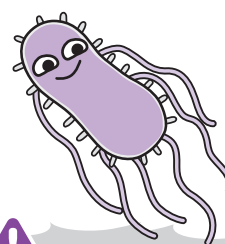
- ①牡蠣などの貝類
- ②1日～2日くらい
- ③腹痛、下痢、発熱
- ④・手洗い
・よく火を通す
・器具の洗浄



! 感染者の
吐物や便からも感染!
空気感染もあります

サルモネラ

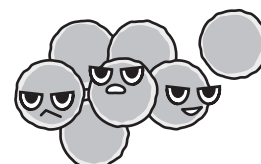
- ①卵や肉など
- ②6時間～3日くらい
- ③腹痛、下痢、発熱、
吐き気・嘔吐
- ④・手洗い
・肉にはよく火を通す
・器具の洗浄



! 卵の
割り置きはしない

黄色ブドウ球菌

- ①人の鼻の中、のど、
皮膚など
- ②30分～6時間くらい
- ③吐き気・嘔吐、腹痛、下痢
- ④・手洗い
・肉にはよく火を通す
・器具の洗浄



! 素手での
調理には要注意

腸管出血性大腸菌

- ①・牛肉、野菜など
・感染者の便
- ②4日～8日くらい
- ③腹痛、下痢、血便
- ④・手洗い
・肉にはよく火を通す
・器具の洗浄



! 乳幼児や高齢者は
重症化することがある

夏に多い食中毒

細菌やウイルスを食べ物に「つけない」「増やさない」「やっつける」が食中毒予防の3原則です。

なお、一般に冬季に発生しやすいとされるノロウイルスですが、最近は夏でも発生が多く、年間を通じて注意が必要です。

※2017～2021年の夏季に発生した食中毒件数(厚生労働省)より作成

ご要望は何なりとご遠慮なくお寄せください

岩手県医師会

「お元気ですか」次回の掲載は8/30(水)です。



〒020-8584 盛岡市菜園2丁目8-20 TEL.019-651-1455 FAX.019-654-3589

協賛／岩手県医師信用組合・岩手県予防医学協会・JA岩手県厚生連



こども救急相談電話

受付時間／午後7時～午後11時

☎019-605-9000

または ☎#8000 ※PHS・ダイヤル回線・IP電話の方は上記の番号をご利用ください。

午後11時以降も
対応しています! こども夜間ケアダイヤル

受付時間／午後11時～翌朝8時
電話番号はどちらの時間帯も同じです