

第9回メディカルスタッフのための感染対策セミナー
(2016年5月30日)

食中毒について



北九州市立八幡病院
感染管理認定看護師

中川 祐子

食中毒とは

食 中 毒

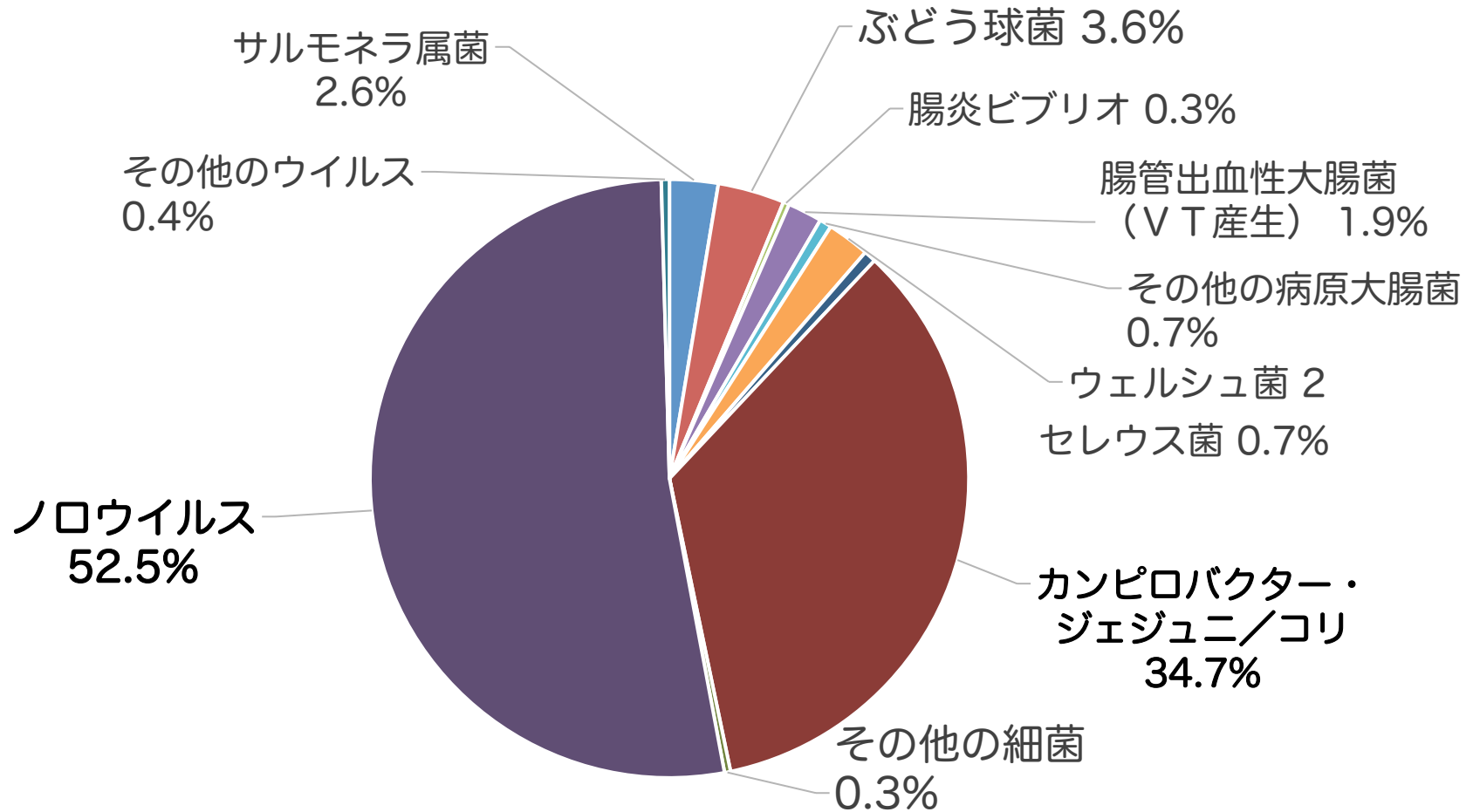
食べ物

あたる

毒物

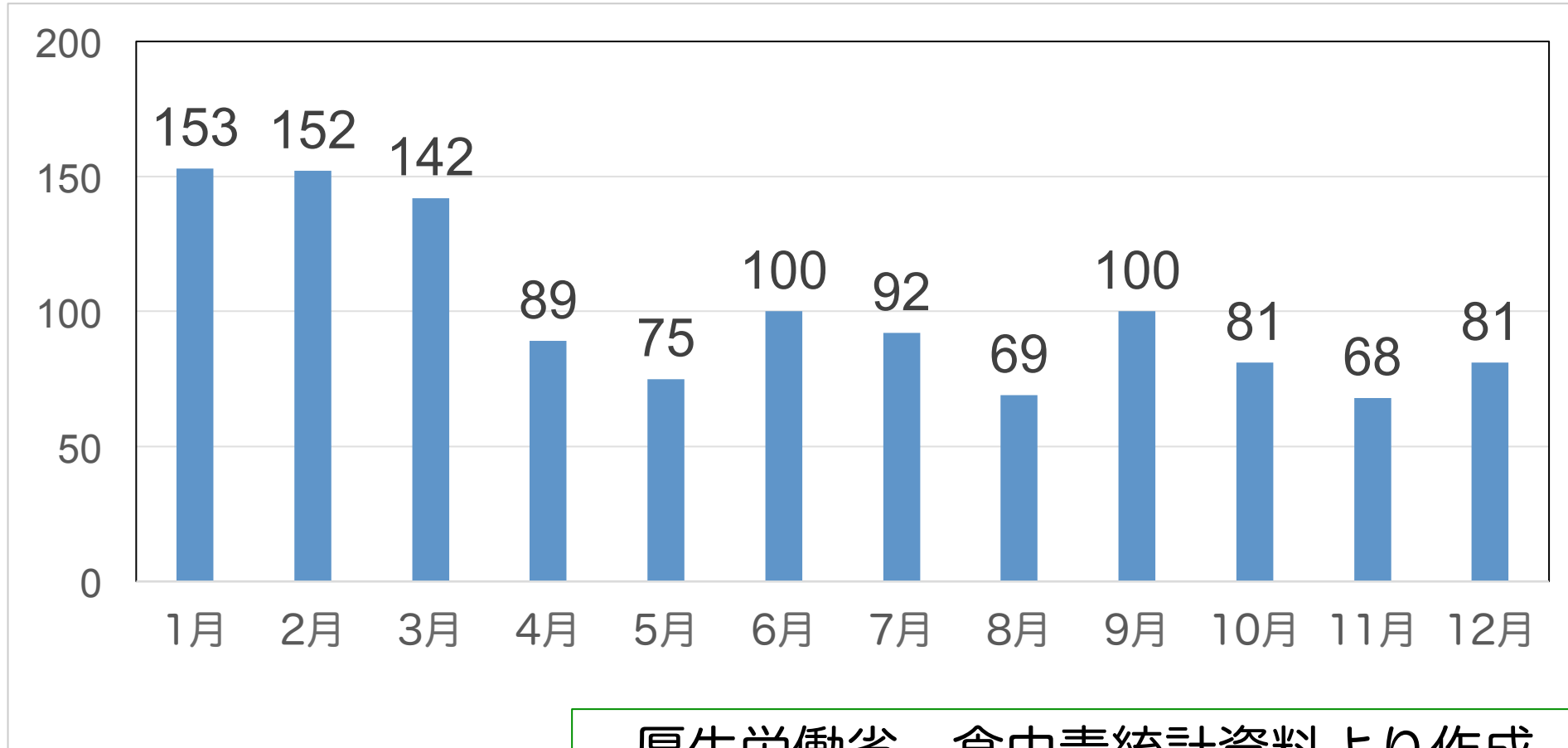
食中毒の原因となる細菌やウイルスなどが付着した食品や有毒・有害な物質が含まれている食品を食べることによって起こる健康被害のことをいいます。

病因物質別食中毒発生状況（2015年）



(出典：厚生労働省 食中毒統計資料より作成)

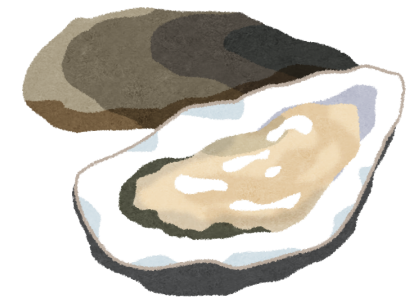
月別食中毒発生状況（2015年）



厚生労働省 食中毒統計資料より作成

ノロウイルス食中毒

- 原因食の多くが生カキ
- 初冬から初春にかけておこる
- 乾燥した患者の吐物などで二次感染を起こす
- 潜伏期は1～2日
- 主な症状は、下痢、嘔吐、腹痛、発熱など



カンピロバクター食中毒

- 肉類、特に鶏肉が感染源となることが多い
- 潜伏期は2～5日
- 主な症状は、
下痢、腹痛、血便、発熱、嘔吐など
- 神経麻痺を主症状とするギランバレー症候群を合併することがあるので注意が必要



ブドウ球菌食中毒

- 黄色ブドウ球菌が産生するエンテロトキシン（腸管毒）による食中毒
- エンテロトキシンは100°C30分の加熱でも毒性を失わない耐熱性
- 握り飯、すし、折詰弁当などの米飯を主とした食物、牛乳、乳製品、魚肉練り製品など
- 潜伏期は1～6時間
- 主な症状は、悪心・嘔吐、下痢
- 重症例では血便や粘血便となる



避難所で腹痛 おにぎりが原因の食中毒と断定

- ・熊本地震の避難所の小学校で食中毒
- ・黄色ブドウ球菌検出 (5月6日)

- 黄色ブドウ球菌は、化膿した傷やおでき、口や鼻に生息しています。
- 手に傷がある時に素手でおにぎりを握るのは危険です！

サルモネラ食中毒

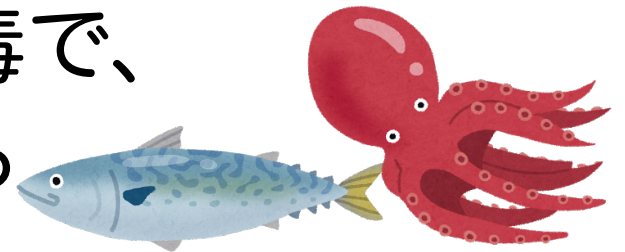
- サルモネラ属菌は、家畜、イヌやネコ、ミドリガメなどペット類や野生動物が持っている
- 動物の糞便中の菌が飲食物を汚染する
- 鶏卵の汚染が重要視されている
- 潜伏期は12時間程度
- 主な症状は、悪心・嘔吐、下痢、腹痛、発熱
- 重症例では痙攣、意識障害などを起こして死亡することもある



腸炎ビブリオ食中毒

- 腸炎ビブリオは、海水中に分布する好塩菌
- 海水温度が15℃くらいに上がると、海水中で増殖し、魚介類に付着する
- 原因食は、魚介類やその加工品が多い
- 潜伏期は10～12時間、時に2～3時間で発症する
- 主な症状は、下痢、腹痛、発熱
- 菌が産生する耐熱性溶血毒は心臓毒で、稀に循環器障害を起こして死亡する

しっかり真水で洗いましょう



腸管出血性大腸菌食中毒

- 大腸菌約170種類のうち、ベロ毒素を産生し出血を伴う腸炎やHUS（溶血性尿毒症症候群）をおこすものを腸管出血性大腸菌という
- 代表的なものはO157、O26、O111など
- 加熱が不十分な肉が原因となることが多い
- 潜伏期は4～8日
- 主な症状は、腹痛、下痢、血便
- 患者の6～7%では、HUSや脳症など重症な合併症が発症する場合がある

しっかり
加熱を！



食中毒を疑ったら・・・

食品衛生法第58条

食品、添加物、器具若しくは容器包装に起因して中毒した患者若しくはその疑いのある者（以下「食中毒患者等」という。）を診断し、又はその死体を検案した医師は、直ちに最寄りの保健所長にその旨を届け出なければならない。

食中毒届出の流れ

①医師は保健所に電話
 ※食中毒疑いの時点で報告する
 ※原因が特定されていなくてもよい



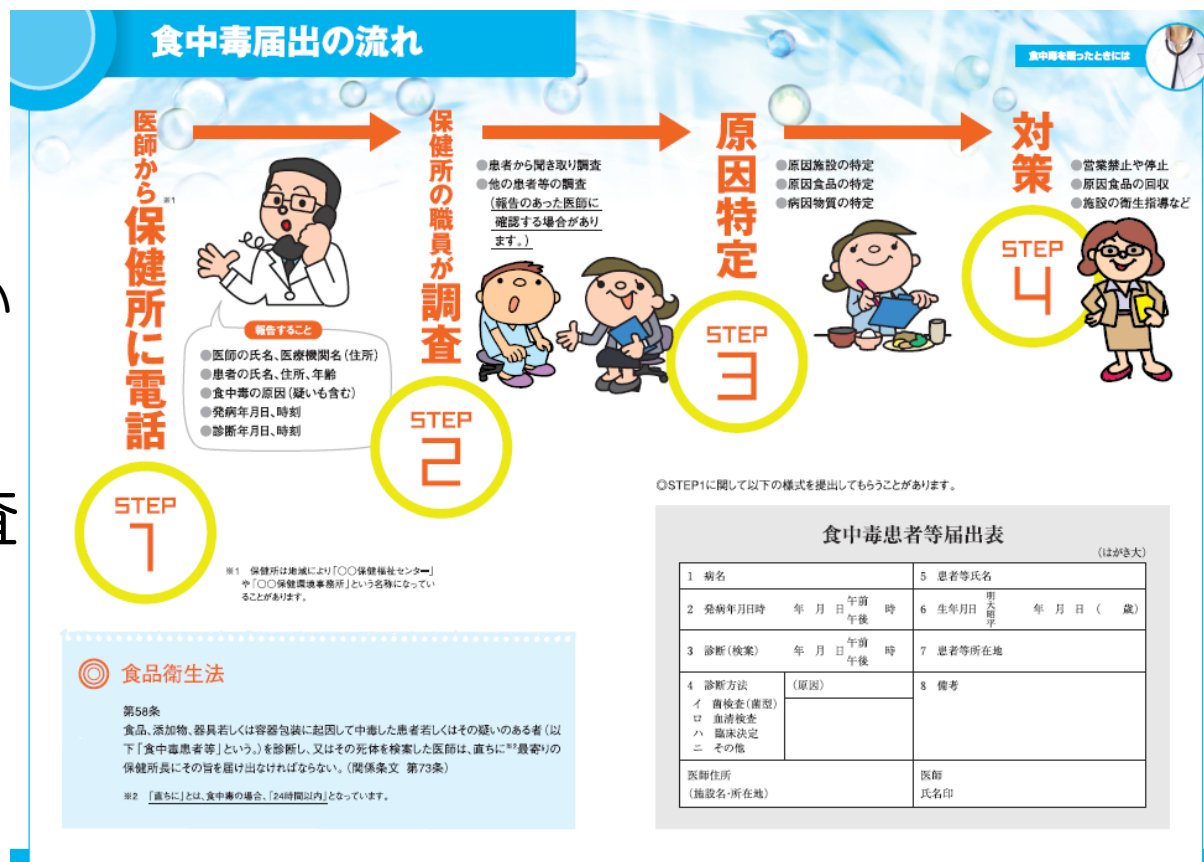
②保健所の職員による調査
 ※患者からの聞き取り調査など



③原因特定



④対策
 ※衛生指導や営業停止など



出典：厚生労働省ホームページ
 「食中毒を疑ったときには」医師の方々への届出等のご協力をお願い
<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/dl/iryuu-pamph.pdf>

食中毒予防の3原則

食中毒原因菌を

- つけない
- 増やさない
- やっつける

①つけない

手を洗う

- ・調理の前
- ・生肉・魚・卵を扱う前後
- ・トイレの後
- ・動物に触れた後

分ける

《生肉や魚を切るまな板》と《加熱しないで食べる野菜を切るまな板》は分ける

《生肉をつかむ箸》と《焼けた肉をつかむ箸》は分ける



②ふやさない

低温で保存する

- ・一般的に15°C以上では微生物が増殖しやすいため、10°C以下を保つほうが良いとされています。
- ・冷気の吹き出し口は冷えやすく、ドア側は外気にふれやすいいため冷えにくいと考えておきます。
- ・内容量が増えると、冷却力が低下します

※冷蔵庫は過信せず、
早めに食べましょう



冷蔵庫の温度は何度が適切か？

- ・ JIS規格では、冷蔵庫の冷蔵室は、「室温が15～30℃において、冷蔵室内を0～10℃の範囲で調整ができること」と定められている。
- ・ 「冷凍食品を保存する場合は、-18℃以下で保存する」（冷凍食品関連産業協力委員会）

冷蔵室	約3～6℃	
チルド室	約0～2℃	冷蔵より低く氷温より高い（肉、魚、生クリーム、乳製品）
氷温室	約-1℃	凍る直前の凍らない温度（肉、魚、お刺身）
パーシャル室	約-3～-1℃	食材が僅かに凍る状態（肉、魚、ハム）
冷凍室	約-20～-18℃	冷凍食材、アイスクリーム
野菜室	約3～8℃	野菜、果物、ドリンク

③ やっつける

○加熱処理

- ・ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅
- ・中心部を75°Cで1分以上加熱することが目安

○殺菌・消毒

- ・ふきん・まな板・包丁など調理器具は、洗剤でよく洗い、熱湯をかけたり、台所用殺菌剤で殺菌する。

調理をするひとの心がけ

食中毒の3原則＋《1》⇒ ④持ち込まない

○健康状態の把握と管理

- ・調理者等が感染した場合には調理場内に入らない
- ・日頃から健康管理や健康状態の把握を行う

おう吐や下痢の症状がある場合は
調理を行わないようにしましょう！



食中毒予防の3原則+《1》

食中毒の原因菌を

- ① つけない
- ② 増やさない
- ③ やっつける

+④ 持ちこまない