



ほけんだより

腸管出血性大腸菌感染症の注意事項について

平成 29 年 9 月 7 日

越生中 保健室

先月、埼玉県内で O-157（腸管出血性大腸菌）に感染し発症した方がいると報道があり、最近も O-157 に関する報道が続いています。O-157 に感染すると、どんな影響があるのでしょうか？また、感染を防ぐためにはどうすればよいのでしょうか。予防法や対応について保護者の方とも内容を良く確認して下さいね。

1 主な原因

腸管出血性大腸菌が感染することで引き起こされる感染症です。O-157、O-26、O-111 など様々な菌の型があります。主に菌に汚染された食品（生肉・野菜等）や水の摂取、また感染者の便で汚染された手がトイレのドアノブ等に触れることで、他の人の手を汚染し口から感染します。

便に血が混ざっているときは要注意。
O-157 以外の病気の可能性もあります！

2 主な症状

初期症状は、下痢と腹痛です。その後、激しい腹痛、**血便**、おう吐などの症状がでます。感染しても症状が出ない場合も多く、また症状が出るまでの潜伏期間は平均 3～5 日あります。また、患者の約 6～7% に溶血性尿毒症症候群などの重症な合併症が発生することがあります。

3 予防法



どんな感染症でも手洗いは予防の基本です。

(1) 石けんと流水で良く手を洗いましょう！

- ・特に、調理前、生肉を触った後、生で食べる食品を触る前などはこまめに手を良く洗いましょう。

(2) よく加熱し、調理後は早めに食べるようにしましょう！

- ・調理の際は、食品を中心部まで加熱しましょう。
- ・菌は 75℃ で 1 分間以上加熱することで死滅します。
- ・調理後は、できるだけ早く食べきりましょう。

(3) 調理器具と食品の保管場所に注意し、清潔の保持を心がけましょう！

- ・まな板・包丁などは、肉用・魚用・野菜用など使用目的別に使い分けましょう。
- ・調理器具使用後は、洗剤でよく洗い、乾燥させた後、保管しましょう。
- ・冷蔵庫や冷凍庫は食品別に袋分けするなど分けし、こまめに掃除をしましょう。

ノロウイルスやカンピロバクター等、他の食中毒にも有効な予防法です！

4 対応

初期症状がありましたら、早めに医療機関を受診しましょう。

特に、乳幼児、高齢者の方など抵抗力の弱い方は、重症化する可能性がありますので、早めに受診をしましょう。