

これからの季節は **要注意！**

細菌性食中毒

細菌性食中毒とは

食中毒とは、細菌・ウイルスが付着した食品を食べることで発症する腹痛・下痢・嘔吐などの健康被害のことです。食中毒を引き起こす主な原因は、「細菌」と「ウイルス」です。気温や湿度が上昇するこれからの季節に気をつけないといけない細菌が原因となる食中毒を細菌性食中毒といい食中毒全体の約70～90%を占めています。



豆知識



ウイルスが原因となる食中毒をウイルス性食中毒といい、冬場(11月～3月)に多く発生。ノロウイルスが代表的で、調理者から食品を介して感染する機会が多く嘔吐、下痢、腹痛、発熱などを起こします。

細菌性食中毒の原因菌

■ 細菌性食中毒は、感染型と毒素型に分類

		代表的原因菌
感染型	食品内で細菌が増殖し、食品とともに体内に入った細菌が、腸管の表面に定着したり、腸管細胞の内部に感染して起こる食中毒。毒素型に比べると一般に潜伏期間は長いのが特徴。	サルモネラ・腸炎ビブリオなど
毒素型	食品内で細菌増殖する際に産生した毒素を摂取することで起こる食中毒。	ブドウ球菌・ボツリヌス菌など

細菌性食中毒の症状

腹痛、下痢、嘔吐、発熱、血便といった症状が数日から二週間程度続きます。症状が軽い吐き気や便がゆるい場合には、経口補水液による水分摂取と、整腸剤を飲むなどで様子を見て下さい。高齢者、乳幼児、持病のある方は症状が重症化しがちなので、医療機関への受診をおすすめします。



医療機関受診の目安

- 水分補給ができない
- 一日に10回以上、嘔吐・下痢がある
- 激しい下痢
- 血便
- 腹痛が続く
- 呼吸が不安定、意識が朦朧としている
- グッタリしている
- 高熱



薬剤師の知恵袋



下痢止めは注意!!

下痢が続いた場合、下痢止めの薬を飲みたくなるかもしれませんが、食中毒の原因である細菌やウイルスが体外に出るのを邪魔し、症状を悪化させてしまう場合があります。安易に自己判断で服用しないよう薬剤師や医療機関にご相談ください。