

# 細菌性食中毒

## 食中毒から身を守る3原則

### 1 清潔

手洗い、洗浄

### 2 迅速

調理した食品は早めに食べる

### 3 温度管理

- 加熱する時は中心部まで十分火を通す
- 再び加熱するものは、十分加熱する
- 冷蔵庫にたくさん入れすぎない

家庭での発生は、「風邪」や「寝冷え」と思われがちで、**食中毒**とは気づかれず重症化することがあります。



＝ **細菌性食中毒**のおもな原因菌 ＝

## ● 腸炎ビブリオ

- 原因食品

魚介類、海産物など

- 症状

腹痛、下痢、吐き気、嘔吐、発熱

- 潜伏期間      12 時間

- 発症期間      4～7 日

- 死亡率      1%以下



## ● サルモネラ

- 原因食品

卵、食肉（特に鶏肉）

- 症状

嘔吐、腹痛、下痢、発熱、血便

- 潜伏期間      15時間

- 発症期間      1～4日

- 死亡率            1%



## ● 病原性大腸菌

- 原因食品

食肉、井戸水、さまざまな食品

- 症状

激しい下痢・腹痛、血便、意識障害

- 潜伏期間      2～9日

- 発症期間      1～4日

- 死亡率      2%以上



## ● カンピロバクター

- 原因食品

食肉（特に鶏肉）、魚介類、飲料水

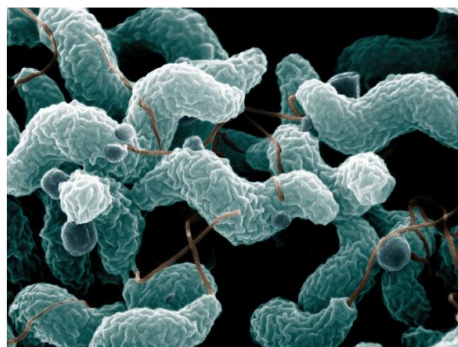
- 症状

下痢、腹痛、発熱、嘔吐、筋肉痛

- 潜伏期間      2～5日

- 発症期間      2～10日

- 死亡率          0.001%以下



## ● ウエルシュ菌

- 原因食品

肉や魚の入ったカレー、シチューなど

- 症状

腹痛、下痢、吐き気

- 潜伏期間      8～22時間

- 発症期間      24時間以内

- 死亡率      0.1%以下



## ● 黄色ブドウ球菌（毒素によるもの）

- 原因食品

おにぎり、サンドイッチなど

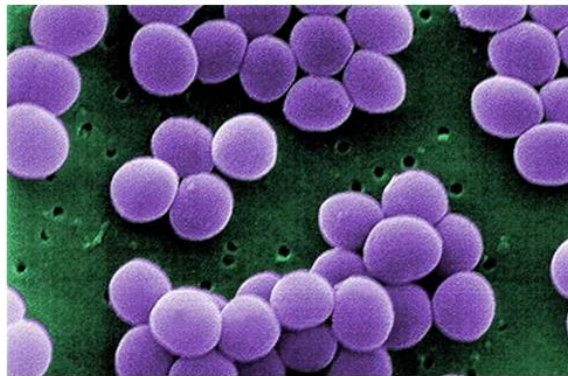
- 症状

吐き気、嘔吐、腹痛、下痢、筋肉痛

- 潜伏期間      3時間

- 発症期間      1～2日

- 死亡率      0.02%以下





## ● セレウス菌（毒素によるもの）

- 原因食品

- ① おう吐型；食肉、スープ、乳
- ② 下痢型；ごはん、パスタなど

- 症状

- ① 腹痛、下痢      ② 吐き気、嘔吐

- 潜伏期間

- ① 6－15時間      ② 0.5－6時間

- 発症期間

- ① 12－24時間      ② 6－24時間

- 死亡率      まれ



## ● ボツリヌス菌（毒素によるもの）

- 原因食品

瓶詰、缶詰、いづし、真空パック

- 症状

吐き気、嘔吐、神経障害、呼吸困難

- 潜伏期間      18－36時間

- 発症期間      数か月

- 死亡率            7.5%

