

腸管出血性大腸菌 (O-157 など) ～感染症を予防しましょう～

1 腸管出血性大腸菌とは

- * 大腸菌は人や牛などの腸内に存在しますが、そのなかで下痢などの消化器症状や合併症を起こすものがあります。これを病原性大腸菌といい、腸管出血性大腸菌 (O157、O26 など) は、病原性大腸菌のひとつです。

2 感染

- * 腸管出血性大腸菌に汚染された飲食物を介した経口感染により感染します。患者の糞便に含まれる大腸菌が直接または間接的に口から入ることによって感染することもあります。
- * 潜伏期間は2～9日です。

3 症状

- * 主な症状として、腹痛、下痢 (水様便や血便) があります。
- * ただし、感染しても症状がでない場合もあります。このような場合でも、他人へ感染させることがあります。
- * 重症化すると溶血性尿毒症症候群を合併することもあります。抵抗力の低い子どもや高齢者は特に注意が必要です。

4 予防方法

【手洗い】

- * 流水と石けんで丁寧に洗い、清潔なタオルやペーパータオルで手を拭きましょう。
- * 調理や食事の前、トイレやオムツ交換後などには必ず手を洗きましょう。
- * 患者の嘔吐物の処理やオムツ交換時には使い捨ての手袋を使用しましょう。作業後は手を洗い、消毒を行いましょう。



【入浴等の注意】

- * 浴槽は毎日洗い、清潔を保ちましょう。
- * 患者は入浴を控えるか、シャワー浴、最後の入浴にしましょう。
- * バスタオル等は他の家族と共有せず、1人1枚を使用しましょう。
- * プールの利用は控えましょう。



【消毒】

- * 汚染部分や人の手が触れる部分(ドアノブ等)を消毒用アルコール等で拭き取りましょう。

【食品の取扱】

- * 肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを購入し、賞味期限を守りましょう。
- * 十分に加熱して調理しましょう(食品の中心温度を75℃、1分以上)。
- * 調理した食品はすぐに食べるようにしましょう。室内で長く放置することもやめましょう。冷蔵庫、冷凍庫で保存する場合も、早めに使用しましょう。
- * 調理器具(包丁、まな板、布巾等)は、家庭用漂白剤または熱湯により消毒しましょう。
- * 生肉が触れた包丁やまな板で続けて野菜等を切らず、熱湯消毒をしましょう。肉用、魚用、野菜用と使い分けるとさらに安全です。
- * 焼肉などの際は、調理用と食事用の箸を使い分けましょう。

4 早期の受診

- * 早期に診断、治療を受けることが重症化や二次感染を防ぐことにつながります。症状がある時は速やかに医療機関を受診しましょう。



◎詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

(宮崎県都城保健所)