

## カンピロバクター食中毒にご注意!!

牛レバーや豚肉の生食が禁止になり、鶏肉や鶏レバー等を生または生に近い状態で食べたことによるカンピロバクターの食中毒が増えています。

### カンピロバクター食中毒の発生原因

鶏肉を生で食べた。

食べた鶏肉の加熱が不十分だった。

生の鶏肉を扱った手指や調理器具から、カンピロバクターが他の食品に移り、その食品を加熱しないで食べた。



### カンピロバクターの特徴

鶏など動物の消化管によくいる菌

少量の菌で食中毒が発生（100個程度）

熱や乾燥にとても弱い

新鮮なお肉ほどたくさんいる!!

主な症状は  
下痢・腹痛・発熱  
他に倦怠感、頭痛、めまい、筋肉痛など



### 予防のポイント

- ★ 生や加熱不十分なお肉は食べない!!
- ★ お肉は赤みがなくなるまでしっかり加熱
- ★ お肉と生で食べるサラダなどは別に調理
- ★ お肉を扱った手や調理器具はきちんと洗浄・消毒してから、次の調理をする
- ★ 生肉に触った箸は食事に使用しない!!

区内でも鶏レバー刺しや鶏わさ等の生または加熱不十分な鶏肉が原因と疑われるカンピロバクター食中毒が発生しています。

菌がたくさん付いています。

**要注意!!**

### ご存知ですか?『ギランバレー症候群』

ギランバレー症候群とは手指のしびれや顔面麻痺、歩行困難などが起き重症の場合には呼吸困難にもなる怖い病気です。カンピロバクター食中毒の症状が治った後で、このギランバレー症候群を発症することがあります。

# 家庭で使いやすい消毒薬とその使い方

薬品名	手指(0.1%)	便器、トイレのドアノブなど(0.1%~0.5%)	商品名(一例)
塩化ベンザルコニウム 細菌、カビに有効。結核菌およびウイルスには無効。	石けんで手洗い十分にすすいだ後、薬液を使って手を洗う。 *一般の石けんと同時に使うと効果が上がらない。	薬液に浸した布で拭き取る。 *ゴム製品、合成樹脂などへの使用は控える。	オスバン
エタノール(70%) 細菌、カビ、ウイルスに有効。	手洗い後、脱脂綿やウェットティッシュ等に十分に薬液を含ませて拭き、自然乾燥させる。 ※手が荒れやすいので注意。	布やウェットティッシュに十分に薬を含ませて拭き、自然乾燥させる。表面が十分ぬれる程度に薬液を噴霧し、同様に拭き取る。 *ゴム製品、合成樹脂などは変質するので長時間浸さない。	消毒用エタノール 手ピカジェル ハンドジェル
塩化ベンザルコニウムアルコール、グルクロン酸クロルヘキシジナルコール 細菌、カビ、一部のウイルスに有効。	手洗い後、薬を5ml手に取り、すり込む。 手洗い後、薬液を十分に含ませたティッシュ等で手を拭く。	薬液を十分に含ませた布で拭き取る。	ウェルパス ヒビスコール

薬品名	便器、トイレのドアノブなど(0.02%)	下着、衣類、シーツなど(0.02%)	便・おう吐物で汚れた便座や床など(0.1%)	商品名(一例)
次亜塩素酸ナトリウム 細菌、ウイルスに有効。	薬液を十分に含ませた布で拭き取る。ただし、金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分ほどたったら水拭きする。	衣類の汚れを落とし、薬液に30分漬けた後、洗濯する。漂白作用があるので注意する。	薬液を十分に含ませた布で拭き取る。ただし、金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分ほどたったら水拭きする。	ピューラックス ミルトン

※ノロウイルスの消毒は、次亜塩素酸ナトリウムを使用してください。

また、次亜塩素酸ナトリウムは強酸性物質(トイレ用の洗剤など)と混合すると、有毒な塩素ガスが発生するので取り扱いには注意してください。

※消毒薬は、使用上の注意をよく読んで使いましょう。  
 ※消毒薬の使用温度は室温が効果的です。  
 ※消毒薬の使用にあたっては、目に入れたり、吸い込んだりしないように、注意しましょう。もし、目に入った場合は、すぐに流水で洗い流しましょう。  
 ※消毒薬は汚れを落としてから使用しましょう。  
 ※消毒薬の有効期限を確認しましょう。  
 ※消毒薬は、子供の手の届かない所に保管しましょう。

熱湯



煮沸



加熱による消毒

