



カンピロバクター食中毒に注意してください



国内で発生している細菌性食中毒で最も多いのが、カンピロバクターによる食中毒です。年間を通じて発生していますが、気温や湿度が高くなる春から夏にかけて発生が増加傾向となりますので、十分に注意してください。

特徴

特性

カンピロバクターは、鶏や牛などの家畜の腸管内に生息する細菌で、少量でも食中毒を引き起こします。加熱や乾燥に弱いため、通常の加熱処理で死滅します。

感染源

生食、過熱不足の鶏肉からの感染が主な要因となります。犬や猫などのペットも保菌していることがあるため、ペットに触れて十分に手洗いをせずに調理をすることにより感染することがあります。他にも、消毒が不十分な井戸水からの感染も報告されています。

潜伏期間 症状

潜伏期間は1～7日間と言われています。食べてから発症するまでに数日がかかるため、原因を特定しにくい傾向にあります。主な症状は、下痢、腹痛、発熱、悪心、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感などです。

予防のポイント

① 加熱

肉は十分に加熱をしてください。中心部の温度が75℃で1分間以上加熱することが目安です。生や半生を食べることは避けましょう。

② 消毒

調理器具や食器は熱湯で消毒し、よく乾燥させましょう。スポンジやたわしは煮沸する、使用後のまな板や布巾は濡れたままにせずに完全に乾燥させると効果的です。

③ 保存

肉の保存や調理時には、野菜や果物など他の食材との接触を防ぎましょう。生肉から出た汁(ドリップ)が、他の食品に接触することで汚染が広がります。

