

ICT ニュース 2024/6 月号

2024/6/18 発行 ICT/感染管理委員会

いよいよ梅雨入りを迎える季節となりました。ジメジメするこの時期に注意しなければならない感染症は、カンピロバクター、サルモネラ、黄色ぶどう球菌など細菌による食中毒が発生する時期です。さらに、ダニや白癬菌が好む環境となります。子供の感染症では、ヘルパンギーナ、手足口病、プール熱、RS ウイルス感染症、溶連菌感染症など多くの感染症が流行する傾向がありますので、注意が必要です。



●食中毒対策→食中毒になりやすい飲食物

1. 飲みかけのペットボトル、おにぎり、サンドイッチ



飲みかけや食べかけの飲食物は、人の口腔内や鼻腔、皮膚などに存在する黄色ブドウ球菌が付着しています。短時間で摂取すればよいですが、時間を置いたり細菌が増えやすい高湿度な環境に放置したりすると、食中毒になるリスクが高まります。黄色ブドウ球菌が作る毒素は強力で、加熱では除去できませんので手指衛生と管理を徹底しましょう。食中毒になった際の症状は吐き気や腹痛などで、汚染された食品を口にしてから 30 分～6 時間程度で発症します。

2. 肉の生焼け



鶏肉や豚肉、牛肉などの生焼け肉には、サルモネラ菌やカンピロバクターなどが付着しています。牛肉は表面にしか細菌が付着していないため、中まで火が通っていても問題ないとされていますが、調理工程で細菌が付着するリスクもあるため、食中毒を防ぐという観点からは中まで十分に火を通すことが大切です。食中毒になった際の主な症状は、食後数時間から数日後に現れる吐き気や腹痛、下痢、発熱などです。

3. 生野菜



腸管出血性大腸菌の O157 や O111 などが付着している可能性があります。

十分に加熱されていない肉に細菌が付着し生肉に触れた手包丁、まな板などが生野菜に触れることが原因で食中毒になるケースも少なくありません。細菌は十分な加熱によって死滅するため、生肉に触った手で生野菜に触れた場合は加熱調理しましょう。腸管出血性大腸菌による食中毒は、食後 12～60 時間に激しい下痢や血性下痢(下血)が腹痛とともに現れ、重症化によって亡くなるケースも珍しくないため、より一層の注意が必要です。

4. 魚介類



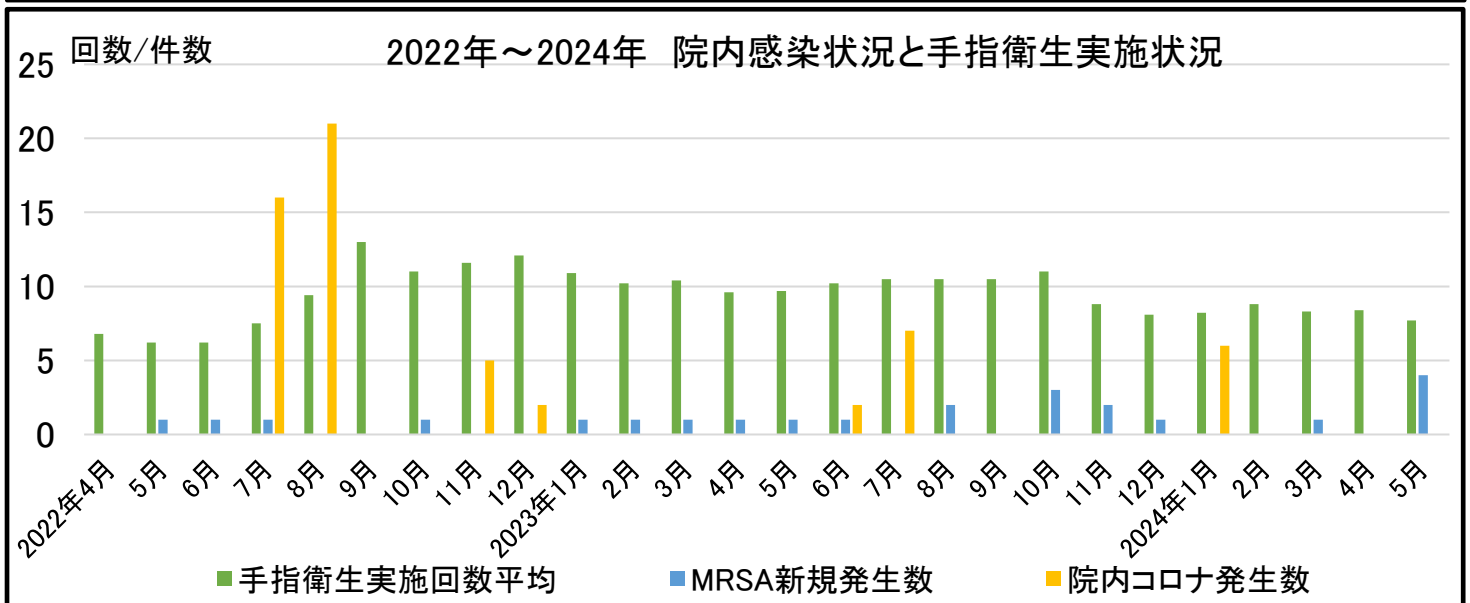
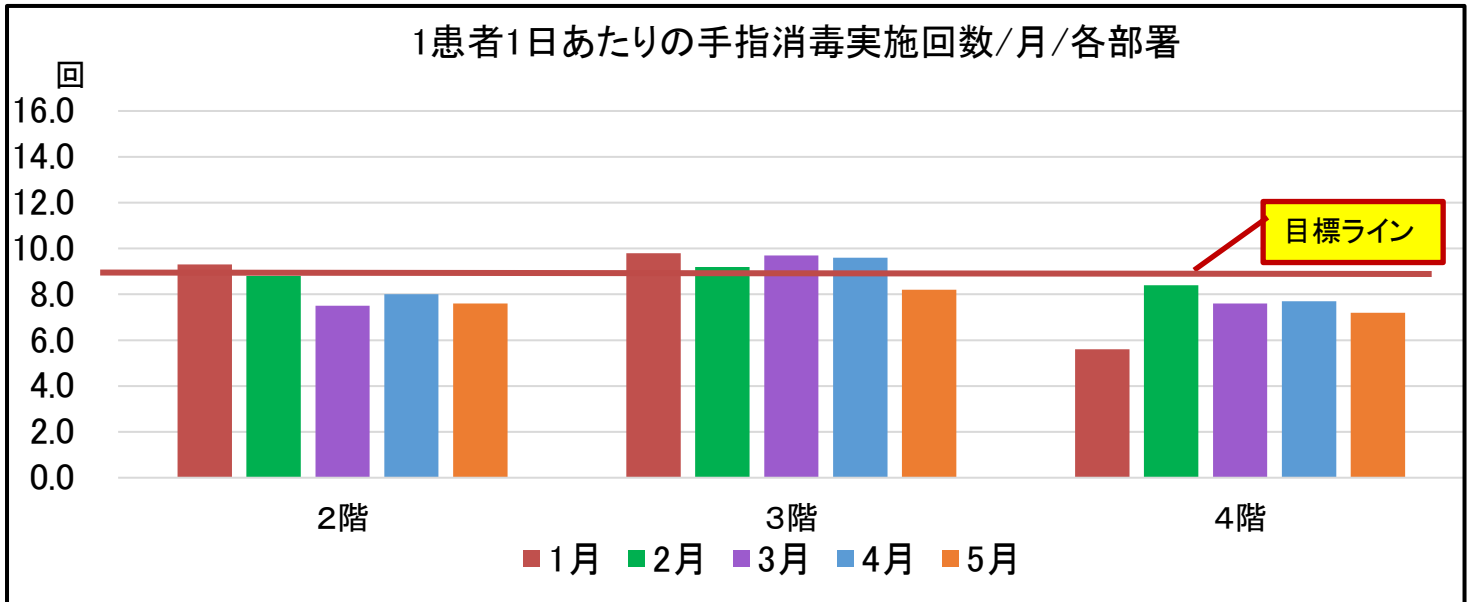
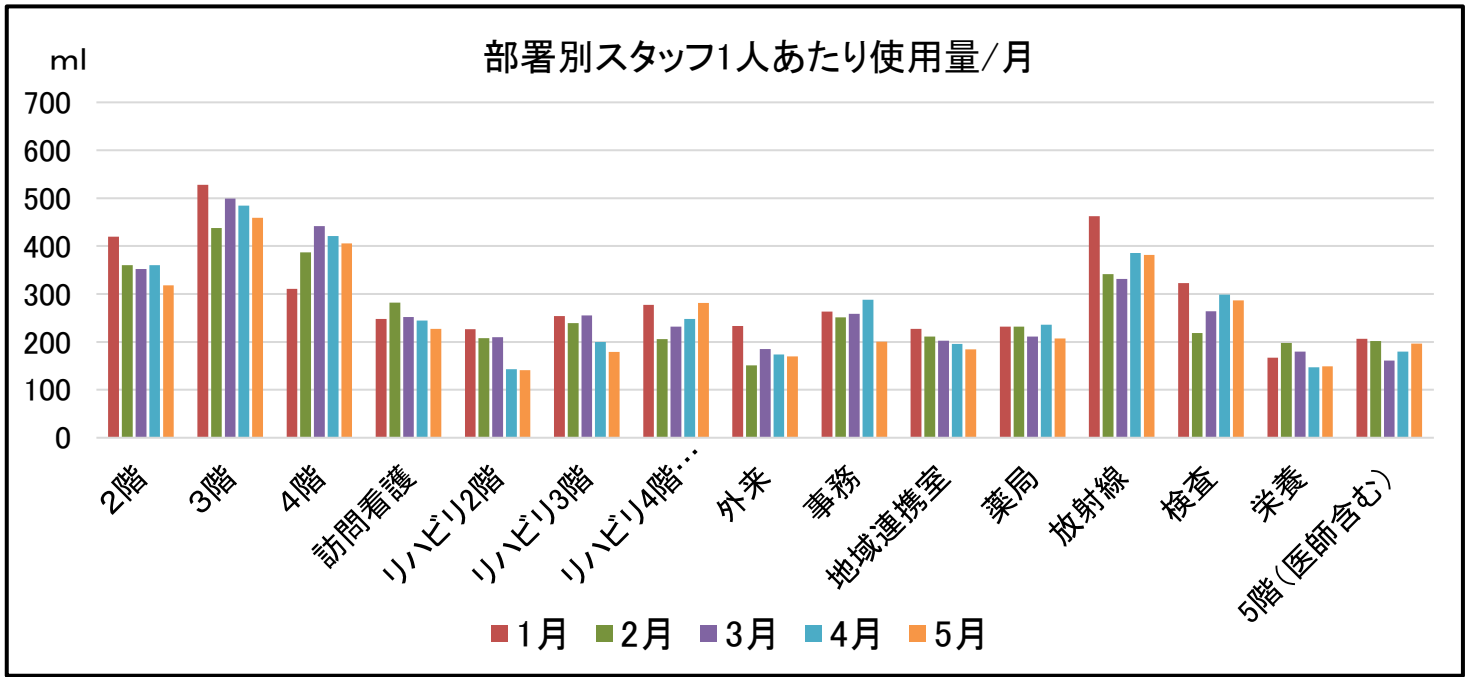
十分に加熱していない魚介類には、ノロウイルスや腸炎ビブリオ菌、貝毒等による食中毒のリスクがあります。ノロウイルスによる食中毒は冬季に流行すると知られていますが、ウイルス自体は 1 年を通して存在しており、夏場にも発生しています。なお、貝毒は熱に強く、十分に加熱しても無害にはなりません。ノロウイルスは牡蠣やアサリ、シジミといった二枚貝、腸炎ビブリオ菌は魚介類全般に見られます。いずれも熱に弱いため、十分に加熱することで食中毒を防ぐことができます。ノロウイルス食中毒になった場合は、食後 1～2 日程度で下痢・吐き気・腹痛・発熱などの症状が現れます。



食中毒の 3 原則→食中毒菌を付けない、増やさない、やっつける

1. 手指衛生→流水と石鹸で手洗い、魚肉をさわった手で野菜をさわらずこまめに手洗いをしましょう
2. 食品管理→食品の加熱は 75℃で 1 分以上加熱、冷やす料理は 10℃以下、調理後の料理は 2 時間以内には摂取しましょう
3. 食材管理→購入したらすぐに冷蔵庫に保管、キッチンが清潔に管理しまな板や包丁も食材毎に流しましょう

★2024年アルコール手指消毒剤使用量報告



★過去の院内感染発生と手指衛生実施状況をみても、コロナ感染症発生率と手指衛生実施率が比例することがわかりますが、平均して常に実施できるようになると良いです