



## 3大食中毒にご注意ください

日本は高温多湿の気候にて、菌が繁殖しやすい条件にあり、夏場は特に食中毒に注意する必要があります。今回は、食中毒の原因菌の中でも、もっとも多い3つの菌についてご説明します。

### 1. 病原大腸菌

体内に取り込むと腸炎を引き起こす。

特に腸管出血性大腸菌 O157 は、抵抗力の弱い子供やお年寄りなどの場合、溶血性尿毒症や脳症などの重症合併症を発症することもある。

O-157 は、食肉・生レバー・食肉加工食品・井戸水・糞便の接触などから感染します。  
症状としては、腹痛・下痢・血便、重症化すると死亡する事もあります。  
潜伏期間は、3～5日

### 2. サルモネラ菌

主な感染源は家畜や鳥、アヒルなどの家禽。  
低温や乾燥にも強く、冷蔵庫の中でも死滅しないためやっかいな菌。

サルモネラ菌は、食肉・卵類・ネズミ・ハエ・ゴキブリ・ペットなどから感染します。  
症状としては、腹痛・吐き気・下痢・発熱  
潜伏期間は、6時間～3日

### 3. 腸炎ビブリオ菌

日本人が好きな寿司、刺身などの海産物に発生しやすい。増殖スピードが速いため、海水の温度が上がる時期は注意が必要。調理の際、まな板からの二次感染が起こりやすい。

腸炎ビブリオ菌は、魚介類や刺身・その加工品  
症状としては、下痢・腹痛・吐き気・嘔吐・発熱・血便・頭痛。重症化すると意識障害やしびれ、  
虚脱、チアノーゼなど。ごくまれに死亡する事も...  
潜伏期間は、2～18時間

これらの3つの菌について、感染ルート・症状・潜伏期間をまとめました。  
以下のような症状があれば、接触等の有無を確認して、心当たりがあれば早めに病院を受診しましょう。

朝晩涼しいからといって油断は大敵です。10月頃までは多く発生しますので、十分な注意が必要です。

## ペダル運動器

椅子に座って自宅でできるペダル運動器です。  
外出自粛されている間に自宅でできるリハビリとして、ご希望の方に1週間程度、無料でレンタルを行っています。ハンドルが付いてバランスが取りやすい事、ペダルの重さを変えられる事、運動器が軽量で持ち運びしやすい事が気に入られています。



ご希望のある方は、お気軽にスタッフにお声がけ下さい

## ～ エンゼルケア セット ～



ケアフルは24時間365日

いつでも対応しています。

『ご自宅での看取り』、『遠方の訪問』でもお伺い致します。



# ケアフル

訪問看護リハビリステーション

☆お気軽にお問合せください☆

**TEL 0574-49-7570**  
**FAX 0574-49-7571**

岐阜県美濃加茂市川合町2丁目7-21