

# 腸管出血性大腸菌感染症の注意事項について

## 1 主な原因

腸管出血性大腸菌が感染することで引き起こされる感染症です。

○157、○26、○111など様々な菌の型があります。

主に菌に汚染された食品（生肉、野菜等）や水の摂取、また感染者の便で汚染された手がトイレの取っ手等に触れることで、他の人の手を汚染し口など通して感染します。

## 2 主な症状

初期症状は、下痢と腹痛です。その後、激しい腹痛、血便、おう吐などの症状がでます。

感染しても症状がでない場合も多く、また症状がでるまでの潜伏期間は2～14日（平均3～5日）あります。

また、患者の約6%～7%にHUS（溶血性尿毒症症候群）などの重症な合併症が発生することがあります。

## 3 予防法

### （1）石けんと流水でよく手を洗いましょう

- ・特に、調理前、生肉を触った後、生で食べる食品を触る前など、調理の種類が変わるごとに手をよく洗いましょう。
- ・トイレの後、感染者のおう吐物・便の処理の後の手洗いも十分にしましょう。

### （2）よく加熱し、調理後は早めに食べるようにしましょう

- ・調理の際は、食品を中心部まで加熱しましょう。  
菌は75℃で1分間以上加熱することで死滅します。
- ・調理後はできるだけ早く食べ切りましょう。

### （3）調理器具と食品の保管場所に注意し、清潔の保持を心がけましょう。

- ・まな板・包丁などは、肉用、魚用、野菜用など、使用目的別に使い分けましょう。
- ・調理器具使用後は、洗剤でよく洗い、乾燥させた後、保管しましょう。
- ・冷蔵庫や冷凍庫は食品別に袋分けするなど分けし、こまめに掃除しましょう。

## 4 対応

初期症状がありましたら、早めに医療機関を受診しましょう。

**特に、乳幼児、高齢者の方など抵抗力の弱い方は、重症化する可能性がありますので、早めに受診をしましょう。**

施設内で感染者がでた場合は、おう吐物・便の処理の際、マスク・手袋をして処理をし、処理後は、手洗いを十分にしましょう。