

腸管出血性大腸菌感染症

夏は食中毒が多くなる季節です。その中でも毎年問題になるのが腸管出血性大腸菌O157です。

今回はO157について解説します。

はじめに

大腸菌は菌の表面にあるO抗原により、現在180に分類されています。

O157とは、157番目に発見されたという意味です。

O157は、昭和57年にアメリカで起きた、集団食中毒事件の患者から見つかったのが最初です。

腸管出血性大腸菌による食中毒は、年間10～30件、患者数は100～300人で推移しています。



感染経路

O157は、牛、羊、豚などの反芻動物^{はんすう}の大腸に常在菌としています。

保菌している家畜の糞便が、水や食物に混入して感染したり、感染した人から人へ感染します。

O157の感染事例における特定食品は、井戸水、牛肉、牛レバー刺し、ローストビーフ、シカ肉、サラダ、貝割れ大根、キャベツ、メロン、白菜漬け、日本そば、シーフードソースなど多岐にわたっています。また、動物と接触することにより感染した事例も報告されています。

その他、O157の感染者が発生した施設から採取された、イエバエからO157が検出された例もあるので、ハエが伝搬する可能性もあります。

症状

O157は、毒力の強いペロ毒素を出し、激しい腹痛、水様性の下痢、血便を特徴とし、特に小児や老人では、溶血性尿毒症症候群(表紙参照)や脳症を引き起こしやすいので注意が必要です。

このペロ毒素は赤痢菌が持つ毒素ですが、この赤痢菌の力を持った大腸菌が、O157なのです。

予防

厚生労働省の注意喚起を抜粋しました。

食中毒予防の三原則は、食中毒菌を「付けない、増やさない、殺す」です。

1. 食品の購入

- 魚、野菜などの生鮮食品は新鮮な物を購入しましょう。
- 冷蔵や冷凍が必要な食品の購入は買い物の最後にして、早く帰るようにしましょう。

2. 家庭での保存

- 冷蔵や冷凍が必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。

3. 下準備

- 井戸水を使用している家庭では、水質に十分注意してください。
- 生の肉、魚、卵を取り扱った後には、手を洗いましょう。
- 途中でペット等動物に触ったり、トイレに行ったり、おむつを交換したり、鼻をかんだりした後の手洗いも大切です。
- 生の肉や魚を切った後、その包丁やまな板を洗わずに、続けて野菜など生で食べる食品を切ることはやめましょう。
- 冷凍食品など凍結している食品を調理台に放置したまま解凍するのはやめましょう。
- 冷凍や解凍を繰り返すと食中毒菌が増殖するため、危険なのでやめましょう。
- 包丁、食器、まな板、ふきん、たわし、スポンジなどは、使った後すぐに、洗剤と流水で良く洗いましょう。

4. 調理

- 加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。目安は、中心部の温度が75℃で1分間以上加熱することです。

5. 食事

- 食事の前には手を洗いましょう。
- 調理前の食品や調理後の食品は、室温に長く放置してはいけません。例えば、O157は室温でも15～20分で2倍に増えます。

6. 残った食品

- 残った食品を温め直す時も十分に加熱しましょう。目安は75℃以上です。
- 時間が経ち過ぎたら、思い切って捨てましょう。