

食中毒（O-111）の予防「肉の生食はやめましょう！」

Q：肉の生食による食中毒でO-111によるものが報道されましたが、O-111とはどのような食中毒菌ですか。

A：今まで食中毒菌として報告のあったO-157等と同類の食中毒菌です。肉の生食が原因ですので、良く加熱してから食すること等、これまで報告のあった食中毒と同様の方法で防ぐことができます。

2011年5月初め、富山県などで生牛肉等を食べた4名が腸管出血性大腸菌O-111に感染し、死亡する食中毒が発生しました。肉（ユッケ、生レバー等）や鶏肉を生そのまま食べると、その鮮度に関係なく腸管出血性大腸菌（O-111、O-157等）やカンピロバクターなどの食中毒が発生することがあります。春から秋にかけて多く発生しますが、バーベキューなどをされる場合も、肉等は十分火を通し生肉又は加熱不十分な肉を食べないように気をつけてください。特に乳幼児やお年寄りの方が腸管出血性大腸菌に感染すると症状が重くなりやすいので、生肉を食べないように注意し、肉等の加熱（中心温度75℃、1分以上）を十分行ってください。

手洗いや調理法の注意を守り、予防にも心掛けましょう。

【 食肉についている食中毒菌 】

- ・牛肉… 腸管出血性大腸菌（O-111、O-157等）、サルモネラ属菌、カンピロバクター
- ・豚肉… サルモネラ属菌
- ・鶏肉… カンピロバクター、サルモネラ属菌

【 症状 】

●腸管出血性大腸菌（O-111、O-157など）

食べた後、2日から7日で水様性の下痢（血便を伴う場合がある）、腹痛、38度以下の発熱、嘔吐を発症します。ペロ毒素と呼ばれる毒素を産生する腸管出血性大腸菌O-111、O-157などは、溶血性尿毒症症候群（hemolytic-uremic syndrome；HUS）を引き起こし、生命を脅かす場合があります。

*O-111、O-157等の潜伏期間は平均3～5日と長く、原因が特定しにくいいため感染が広まる危険があります

●サルモネラ属菌

食べた後、8時間から48時間で激しい水様性の下痢、腹痛、高熱（39度前後）。嘔吐、頭痛を発症します。

●カンピロバクター

食べた後、2日から5日で発熱、嘔吐、腹痛、下痢（血便を伴う場合がある）の症状がみられます。

【 予防 】

●手洗い方法

- ・石鹸（ハンドソープ）を泡立ててよくもみ洗いする
- ・流水で完全に洗い流す
- ・清潔なタオル又はペーパータオルで拭く

●調理

- ・食肉を生で食べない
- ・食器・器具類は洗浄・消毒・乾燥を十分に行う
- ・調理後は速やかに食べ、食品は10℃以下で保存する
- ・食肉を十分加熱する（中心温度75℃、1分以上）
- ・生肉を触った箸や食器は共用せず手で触れた場合は手洗いを十分行う
- ・焼き肉やバーベキューをするときには、生肉を扱う箸と食べる箸を区別する

●二次感染予防

- ・トイレに行った後、ご飯を食べる前等には手洗いをしっかり行う
- ・患者と乳幼児の混浴は控える
- ・風呂の水は毎日取り替える
- ・衣服に患者の糞便がついたときは煮沸や薬剤で消毒し、家族のものとは別に洗濯し天日で十分乾かす

【 O-111の毒性 】

焼き肉チェーン店の集団食中毒では、主な原因は腸管出血性大腸菌O-111とみられています。今回はHUSの発症率が2割近くもあり、増殖した菌を大量に取り込んだか、またはベロ毒素（VT1とVT2があるが今回はVT2を多く放出していた）の毒性が強かった可能性が考えられています。

【 参考資料 】

- (1) 京都市保健福祉部 (<http://www.city.kyoto.lg.jp/>)
- (2) 医療ニュースm3.com 2011年5月16日