

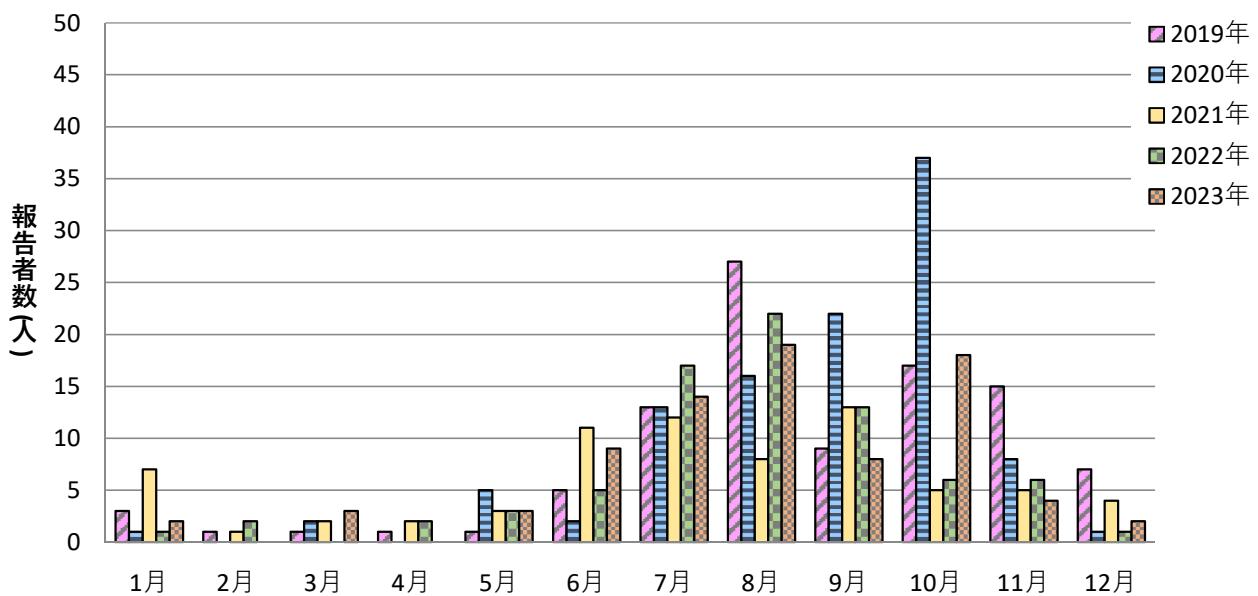
腸管出血性大腸菌感染症に注意

「腸管出血性大腸菌感染症」とは

- ・特徴：感染力が強い。少量の菌で感染します。
- ・潜伏期間：3～8日
- ・症状：激しい腹痛と下痢（水様便・血便）
子どもやお年寄りは重症化しやすく、命に関わることもあるため、注意が必要です。



腸管出血性大腸菌感染症発生状況（過去5年月別発生状況）



予防するためのポイント

①食品に菌を付けない・増やさない

- ・手をよく洗う
トイレの後、食事の前、調理の前には石けんと流水で手をよく洗いましょう。
- ・調理器具の消毒
まな板、包丁、ふきん等はその都度洗剤で洗い、熱湯等で十分消毒する。
- ・食品の保存
食品は冷蔵保存（10℃以下）する。時間が経ちすぎた食品は、思い切って捨てる。



②食品の菌をやっつける

- ・食品の加熱
食品は十分に洗い、中心部までよく加熱（75℃以上で1分間以上）する。

下痢などの症状がある場合は

- ・早めに医療機関を受診する。
- ・入浴はできるだけ湯船に入らず、シャワー等で済ませる。
- ・バスタオルや手拭きタオルは共有せず、個別のものを準備する。