

食中毒の特徴って？

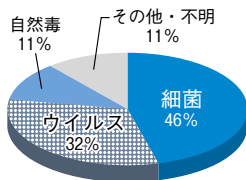
◎主に腹痛や下痢、嘔吐などの胃腸炎症状を起こします。

その他、発熱や倦怠感などの風邪に似た症状や、まひなどの神経症状を起こす場合もあります。



◎原因のほとんどは「細菌」や「ウイルス」です。

細菌やウイルスの次に多く発生しているのは、毒キノコや毒草、フグなどの「自然毒」によるもので、全体の1割程度です。



食中毒原因の割合

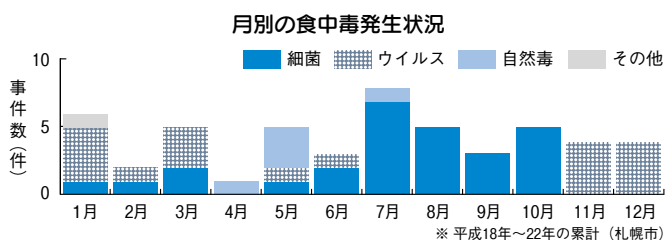
※平成22年／総数1,254件（全国）

◎食べてから症状が出るまで、ある程度時間がかかるのが一般的です。

細菌やウイルスの場合、体の中で増えたり、毒素を作ったりすることで食中毒の症状を引き起こすため、症状が出るまで時間がかかるのが一般的です。

◎食中毒は一年中起きており、必ずしも夏に多いわけではありません。

暖かい時期は、カンピロバクターやサルモネラなどの「細菌性食中毒」が、寒い時期はノロウイルスなどの「ウイルス性食中毒」が多くなる傾向にあります。



特にノロウイルス食中毒は、11月～3月の冬季に多く発生しています。ご注意ください！
左ページではノロウイルスについてご紹介します。

油断大敵！ 冬の食中毒



◆ 出典…札幌市保健所『知っていますか？食中毒のこと』



冷凍すると食中毒の細菌やウイルスは死ぬの？

温度が低くなると増える速さは遅くなったり、止まったりしますが、冷凍しても死ぬことはありません。



食べるときに味やにおいでわかるの？

腐敗を起こす菌とは違い、食品の味やにおいを変化させないのが食中毒菌やウイルスの特徴。このため、食べる前に異常に気付くことは難しいのです。



下痢がひどいときは、下痢止めなどの市販薬を飲めばいいの？

症状が悪化する場合があるので、自己判断で下痢止めや胃腸薬などの市販薬を使用するのは避けましょう。



②手のひらと甲を伸ばすようにこすって洗う。



①水で手を洗い、せっけんをつけてよく泡立てる。

ハッピーバースデーの歌を2回歌うと約30秒です♪

汚れが残しやすいポイント



正しい手の洗い方
手洗いは食中毒予防の基本です。汚れが残しやすいポイントを意識して、30秒間を目安にしっかり洗いましょう。

正しい手の洗い方