

お肉が原因となる食中毒

普段みることができない微小な生物に**細菌**とよばれるものがあります。その中には人に有害なものが数多くいます。そのような**細菌に汚染した食品**または細菌が**産生した毒素**を食べることで、腹痛、下痢や嘔吐や発熱などの中毒症状を起こします。

食中毒菌の種類

カンピロバクター菌



近年では食中毒の発生件数で最も多く、特に**鶏肉の生食**や**加熱不十分なお肉**が原因となっています。市販されている鶏肉の**約70%**はカンピロバクターに汚染されています。



腸管出血性大腸菌



牛や豚などの家畜のお腹にいて、代表的なものに**0157、0111、026**などがあります。**猛毒**である**ベロ毒素**を産生します。非常に感染力も強く、この食中毒で過去に何人も亡くなっています。



サルモネラ菌



牛、豚、鶏などの生肉、卵などを汚染します。食中毒の症状が治まっても体内に長い間とどまります。特に**子供やお年寄り**は**重症化**しやすいので注意が必要です。



お肉が原因となる食中毒を防ぐには？

- ・ お肉を生で食べない！
- ・ 生肉を中心部のピンク色がなくなるまで十分に加熱調理！（75℃以上で1分間加熱）
- ・ 生肉を扱う調理器具（包丁やまな板）は専用に！
- ・ 生肉を触った後はしっかり手洗い！

