

おしえて！

感染症 さがみはら

2026年7月号



★詳細は国立健康危機管理研究機構のHPもご参照ください ↓

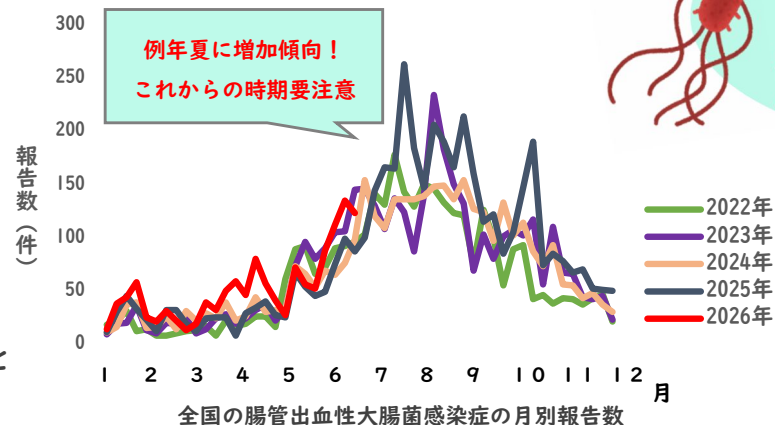


今月の注目疾患：腸管出血性大腸菌感染症



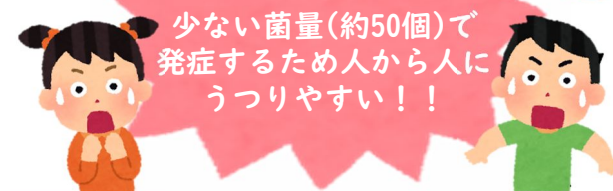
～特徴～

- ☑ 菌に汚染された食品の経口摂取が主な感染経路（一次感染）
- ☑ ヒトからヒトへの感染にも注意（二次感染）
- ☑ 潜伏期間が3～5日と長く、激しい腹痛と水溶性の下痢、血便の症状
- ☑ 乳幼児や小児、高齢者など特に注意が必要
- ☑ 溶血性尿毒症症候群（HUS）などを併発して重症となることもある



腸管出血性大腸菌とは？

食中毒などの原因となる大腸菌の一種
(例) O157やO26など
腸管内で出血性下痢の原因となる毒素（ベロ毒素）を産生する。



食中毒(一次感染)予防

つけない

調理の前は石けんで
十分に手洗い



増やさない

調理後は速やかに食べる
(室温に長く放置しない)

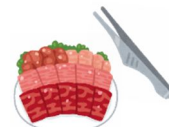


やっつける

まな板や包丁は使うたびに洗浄
熱湯又は塩素系消毒剤で消毒



肉・魚・野菜で調理器具を使い
分け（生肉は専用の箸を使う）



温度管理の必要な食品は、
すぐに冷蔵（凍）庫に保存



食品は中心までしっかり加熱
(中心部が75℃で1分間以上)



ヒト-ヒト感染(二次感染)予防

下痢などの症状がある
場合は調理を控える



トイレの後、食事の前は
必ず石けんで手洗い



トイレやドアノブなど
患者の触れた部分は消
毒剤を用いて洗浄



※下痢や腹痛など体調が悪い方は医療機関を受診し、食事の内容などを医師に伝えましょう。

★相模原市感染症情報センターでは、毎週感染症に関する情報を掲載しています

相模原市 感染症情報センター



発行：相模原市衛生研究所