

腸管出血性大腸菌感染症が流行する時期です

～バーベキュー・焼肉はよく火を通そう～

【腸管出血性大腸菌とは】

大腸菌は、ヒトをはじめとした生き物の腸内に存在する細菌のグループ名です。ヒトの腸内に通常存在する大腸菌は、一部のビタミンを作るなど、消化・吸収に役立っています。しかし、なかには下痢などの症状を引き起こす種類があり、病原性大腸菌と呼ばれます。病原性大腸菌の中でも、**ペロ毒素という強い毒素を作り、血性の下痢を引き起こす種類を腸管出血性大腸菌と呼びます。**

腸管出血性大腸菌の一番有名なものはO157（オー157、以下同様で省略）ですが、O26やO111など、他にもいくつかの型があります。

牛などの動物は、健康でも一定の割合で腸管に腸管出血性大腸菌を保菌しています。

全く症状のない人（健康保菌者、無症状病原体保有者）の検便で腸管出血性大腸菌が見つかることもあります。

【腸管出血性大腸菌感染症とは】

ペロ毒素を産生する腸管出血性大腸菌により腹痛、水様性下痢、出血性下痢（血便）などを引き起こす食中毒です。この菌に汚染された食品の摂取や感染者から非感染者への感染で2～9日の潜伏期間を経て発症します。重症化すると溶血性尿毒症症候群という合併症を引き起こし、命に関わることもあります。

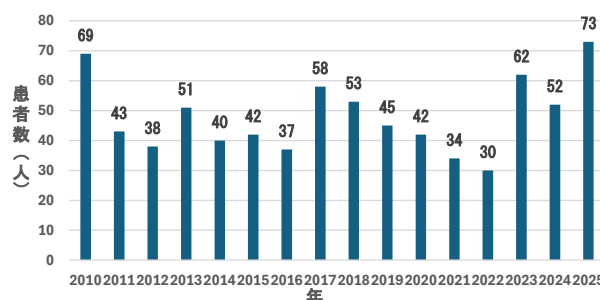
溶血性尿毒症症候群とは、O157などの病原性大腸菌感染後に、血小板減少、溶血性貧血、急性腎障害を特徴とする重篤な疾患です。主に5歳未満の乳幼児に多く、血便・下痢の数日～10日後に発症し、腎不全に至る可能性があるため迅速な治療（水分補給や透析）が必要です。

次にこの感染症の名古屋市での患者数の推移ですが、毎年一定数の報告数がありますが、名古屋市では幸い集団感染はほとんどありません。

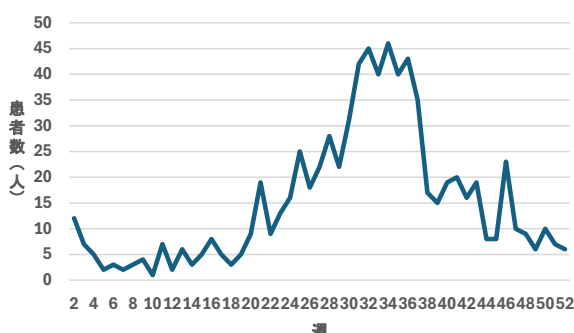
次に名古屋市での季節による患者数です。

1年を52週に分けて1月の第1週から年末の第52週までをみると、第20週くらいから増えてきて第30から36

名古屋市の年間の患者数（2010年～2025年）



名古屋市の季節による患者数（2010年～2025年）



週までがピークで、その後下がってきているのがわかります。第20週は5月頃でそれから夏を経て第36週が9月上旬頃です。**初夏から晩夏までが主な流行期間**だと分かります。

次に名古屋市の年齢区分ごとの患者数ですが、5歳未満と、10歳代から30歳代に多いですが、高齢者までのほぼ全ての年代で患者数が出ていることがわかります。

さきほども述べたように患者は5歳未満の乳幼児が多いので、感染しないよう意識することが大切です。

【腸管出血性大腸菌感染症の概要】

病原体：先ほど述べたペロ毒素を産生する大腸菌。代表的なものにO157、O26、O111などがあります。

【主な感染経路】：加熱不十分な肉（牛レバー刺し、生肉など）や、菌で汚染された食品の摂取、汚染された水（経口感染）、または人から人への二次感染（糞口感染）です。

【特徴】：一般的な食中毒菌が数万～数百万個の摂取で発症するのにに対し**少ない菌量（50個程度）**でも感染が成立するため、**家族内や集団生活で拡大しやすいです**。

【潜伏期間】：2～9日（平均3～5日）と他の食中毒菌より長めです。

感染初期の症状：嘔吐、激しい腹痛、水様性下痢。

【進行した症状】：**出血性下痢（血便）**。

【合併症】：乳幼児や高齢者は重症化しやすく、溶血性尿毒症症候群や脳症などの重篤な合併症を引き起こし、死亡する場合があります。

【予防対策】

手洗い・消毒：感染症予防の基本は手洗いです。食事前、トイレ後、調理前には石けんでよく手を洗いましょう。消毒には、消毒用アルコール、次亜塩素酸ナトリウムが有効です。

調理済みの食品に菌がつかないように、調理器具はよく洗いましょう。

加熱処理：75℃1分以上の加熱で菌は死滅するとされていますので、調理にあたっては、中心部まで十分に加熱（75℃1分以上）しましょう。

焼肉などでは、生肉専用の箸やトングを使い、食べる箸と使い分けましょう。

乳幼児や高齢者など抵抗力が弱い方は、重症化することがありますので、生肉や加熱不十分な肉料理を食べないようにしましょう。

【二次感染の防止（排泄物の管理）】：患者の便や嘔吐物が付着した衣類は、薄めた塩素系漂白剤で浸け置き洗いをしましょう。

患者のいる家庭では、患者の入浴は一番最後にしましょう。またタオルやバスタオルの共用は避けましょう。

【受診の目安】

激しい腹痛、頻回の下痢、血便がある場合は、医療機関を受診してください。特に乳幼児や高齢者で、下痢だけでなく嘔吐、発熱、元気がない、尿量が少ない（脱水症状）場合は注意が必要です。直ちに医療機関を受診してください。

