



小戸公園の夕日

臨床検査 日和

臨床検査日和 第39号 2025年 9月

食中毒について

☆☆Topics☆☆

「食中毒」は、細菌やウイルス、寄生虫などが原因で、主に下痢、腹痛、嘔吐、発熱などの症状を引き起こします。代表的な原因としては、カンピロバクター、サルモネラ菌、O-157、ノロウイルスなどが知られています。

これらの病原体は、生肉や魚介類の過熱不足、調理器具の衛生不良、保存温度の管理ミスなどが原因で食べ物に混入します。特に高温多湿な時期には、菌が繁殖しやすくなるため注意が必要です。まだまだ暑い時期は続きますので9月以降も油断せずにいきましょう。



原因の病原体	主な原因食材	潜伏期間 (症状が出るまでの時間)
サルモネラ	鶏卵、肉類	1～5日
腸管出血性大腸菌 (O-157 O-111 O-26等)	肉類(牛肉) 水耕野菜	2日～10日
ブドウ球菌(耐熱性毒素)	おにぎりなど 調理者を介在	1～5時間
カンピロバクター	肉類(鶏肉)	1～10日
ノロウイルス	カキなどの二枚貝	24～48時間

食中毒への対策

食中毒は、「**つけない・増やさない・やっつける**」という三つの原則で予防できます。

- ・調理の前後にしっかりと手洗いをする。
- ・生肉や生魚と他の食材を分けて取り扱う。
- ・食材を保存する際は、個別に冷蔵保存をする。
- ・調理時は中心までしっかりと加熱を行う。
- ・調理器具は使用後に洗剤でよく洗い消毒を行う。
- ・食事は調理後速やかに行い、すぐに食べられない場合は冷蔵庫で保管する。

など、日々の習慣が健康を守る第一歩となります。



食中毒の検査

食中毒が疑われると、便を採取し、原因となる微生物を特定するための検査が行われます。この検査を担っているのが、臨床検査技師です。私たちは検体から菌を培養したり、PCR という遺伝子検査を使ってウイルスを検出したりしながら、原因を明らかにします。このような検査は、正確な診断と適切な治療に役立つだけでなく、集団感染の拡大を防ぐうえでも重要な役割を果たします。



培養されたサルモネラ菌
(上:平板培地、右:試験管培地)



顕微鏡で見たカンピロバクター

検査技師のおしゃべり♪

夏旅

ずっと訪れてみたかった栃木県の日光に行ってきました。
東京浅草から東武特急スペーシアXで日光へ
世界遺産「日光の社寺」を巡りました。福岡は猛暑でしたが日光は涼しく快適でした。
「日光の社寺」の中でも日光東照宮は国宝ばかりで見どころが多くあつという間に時間が過ぎました。東照宮の参道にある石鳥居は福岡県から持ってきたそうです。
陽明門には龍・麒麟、神厩舎には有名な三猿（見ざる、言わざる、聞かざる）と各所に動物の彫刻が施されていました。400年前に険しい日光山にどうやって建立したのか想像すると楽しいですね。中禅寺湖、華厳の滝、鬼怒川温泉にも立ち寄り日光を満喫し私の夏旅は終わりました。日光にもまた行きたいですが他にも行きたいところがあるので次の旅を思案中です



生理検査室 古賀