

食中毒とは？



食中毒は「食品に起因する胃腸炎・神経障害などの中毒症の総称」と定義されており、多くは、急性の胃腸障害（嘔吐、腹痛、下痢などの症状）をおこします。食べ過ぎ・飲み過ぎでお腹が痛くなったり、下痢になることもありますが、これは食中毒とは言いません。食中毒は、有害な微生物や化学物質を含む飲食物を食べた結果生じる健康障害のことを指します。

原因について

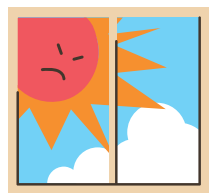


原因は細菌とウイルスです。細菌は、湿度・温度などの条件がそろって食べ物の中で増殖し、それらに汚染された食べ物を食べるにより引き起こします。一方、ウイルスは低温や乾燥した環境中で長く生存し、食べ物中では増殖しないが、食物を通じて体内に入ると、腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。

細菌が原因となる食中毒は夏場（6～8月）に多く発生します。細菌の多くは、室温（約20℃）で活発に増殖し始め人の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、湿気を好むため梅雨時には増えてきます。

ウイルスが原因となる食中毒は冬場（11～3月）に多く発生します。ウイルスは、調理者から食品を介し感染するケースが多く、他に二枚貝に潜んでいることがあります。

その他、毒キノコ、フグなどの「自然毒」、アニキサスなどの「寄生虫」も原因となります。



主な原因菌



①腸管出血性大腸菌（O157やO111など）

牛・豚など の腸内にいる病原性大腸菌。ペロ毒素を出し、腹痛・水様便、出血性の下痢。

○食肉類の加熱は75℃1分以上

②カンピロバクター・サルモネラ菌

牛・豚・鶏・猫・犬 などの腸内にいる。

○十分な加熱

③セレウス菌

河川・土壌中など自然界に広く分布。穀物・豆類、香辛料などが主な感染源。

○米飯や茹でたスパゲティなどを室温保存しない

④ブドウ球菌

自然界に広く分布し、人の皮膚やのどにも存在。

○手指に傷、化膿創がある場合は調理しない

⑤ウエルシュ菌

人・動物の腸管や土壌などに広く存在。酸素のないところで増殖。

○カレーやシチューなど室温でゆっくり冷まさず、短時間冷却を行う

⑥ノロウイルス

手指・食品などを介し、口から体内に入り感染し、腸内で増殖する。二次感染するケースもある。

○食材の加熱（85℃1分以上）



防ぐ6つのポイント



①買い物（消費期限、生鮮食品は最後に、寄り道をしない。）

②家庭での保存（すぐに冷蔵、生物の取り扱い前と後は手洗い、冷蔵庫は詰めすぎない）

③下準備（調理前の手洗い、生魚、肉など調理器具の使い分け、自然解凍は避ける）

④調理（調理前の手洗い、肉・魚は十分に加熱）

⑤食事（食事前の手洗い、きれいな食器、料理は長時間室温に放置しない）

⑥残った食品（清潔な容器へ、温め直す時も十分加熱、時間がたちすぎたものは捨てる）

食中毒と思ったら、市販薬をむやみに服用せず、早めに医師の診断を。

新規開店

サカエ薬局グループに新しい店舗が誕生しました。

平成31年4月1日

サカエ薬局柳川店

柳川交差点にオープン致しました

グレース眼科クリニック直ぐ下

〒700-0821

岡山市北区中山下1丁目1番1号 グレースタワーIII 100a

グレース眼科クリニック
直ぐ下

緑内障・白内障日帰り手術



店長からひと言

保険薬局としてはもちろん、痛み止めなど一般的な薬以外にもサプリメントや健康食品、化粧品などを取り揃えています。様々なサポートさせていただきますので、ご要望、相談などがございましたらいつでもお気軽にお越しください。私たちは、お気軽に立ち寄って頂けるような薬局を目指し、皆様をお待ちしております。

サカエ薬局の取り組み 骨密度測定キャラバンの実施

サカエ薬局グループ各店では、希望者を対象に無料で骨密度チェックを行う骨密度チェック会を実施中です。グループ各店が順番にて開催しておりますので、ご興味をお持ちの方は、お近くの店舗スタッフまでお気軽にお尋ねください。



次回開催：令和元年6月29日(土)
開催店舗：サカエ薬局 児島店

サカエ薬局グループ各店では、一般の方、グループホーム職員の方、老人会などへ講演会をさせて頂いております。ご興味のある方は、講演内容等も含めぜひお気軽にお問い合わせください。



岡山駅前店 TEL:086-230-1605 FAX:086-230-1606	中山下店 TEL:086-206-4520 FAX:086-206-4521	幸町店 TEL:086-224-7119 FAX:086-224-7188	西大寺店 TEL:086-944-1966 FAX:086-944-1965	西大寺南店 TEL:086-238-5760 FAX:086-238-5766	山陽店 TEL:086-955-2512 FAX:086-955-2513	赤坂店 TEL:086-957-2910 FAX:086-957-2911
瀬戸店 TEL:086-201-0125 FAX:086-201-0127	瀬戸内店 TEL:0869-24-2412 FAX:0869-24-2402	山南店 TEL:086-946-2621 FAX:086-946-2622	児島店 TEL:086-473-3741 FAX:086-473-3764	勝山店 TEL:0867-44-5270 FAX:0867-44-5271	真壁店 TEL:0866-95-2588 FAX:0866-95-2585	NEW 柳川店 TEL:086-233-1017 FAX:086-233-1016