

気をつけよう！食中毒



だんだん暖かくなってきました。食中毒の原因となる菌もこの時期に増えてきます。

■ 食中毒になると？

腹痛、発熱、下痢、嘔吐などの症状がでます。食中毒の菌の種類によって症状が異なります。

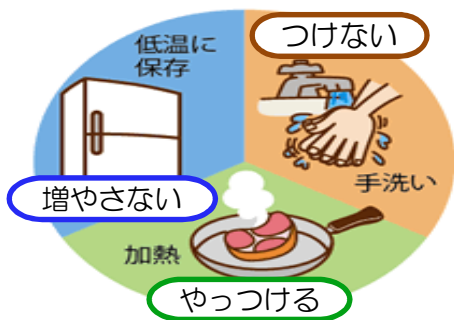
■ どんな種類の食中毒があるの？

この時期に多い食中毒は下記の種類です。

種類	原因食品	特徴	症状
カンピロバクター	鶏肉が最多 牛、豚、井戸水	潜伏期間2～7日と 長い	腹痛、発熱、下痢、 嘔吐
サルモネラ	生肉（特に鶏肉）、生 卵	少量の感染でも発症 することがある	腹痛、発熱、下痢、 嘔吐
腸管出血性大腸菌 （O-157など）	牛肉とその加工品	潜伏期間2～7日と 長い。少量で感染し、 死亡例もある	激しい腹痛、出 血性下痢、発熱
腸炎ピブリオ	魚介類（海産）	熱に弱く、真水で死 滅する	激しい上腹部痛、発 熱、下痢、嘔吐

■ 食中毒を予防するためにはどうしたらいいの？

■ 食中毒予防の3原則



- つけない 調理前は手を洗いましょう
- 増やさない 材料は冷蔵庫で保存しましょう
- やっつける 加熱して、火を通しましょう。
目安は75℃以上で1分間加熱です。

【 栄養科 山本 】

■ 食中毒の症状が出たら、どうすればいい？

- ・下痢や嘔吐をしたら、しっかり水分をとみましょう。
- ・自分で勝手に判断して薬を飲むのはやめて、まずは医者さんにみてもらいましょう。
- ・食べたもの、食品の包装、店のレシートが残っていたら保管しましょう。食中毒の原因を調べたりするのに使います。

■ 食中毒の症状が重くなりやすい人は？

以下の項目にあてはまる方（症状が重くなる可能性がある方）で、食中毒にかかったかもしれないときは、お医者さんにみてもらいましょう。

- ・乳幼児や高齢者の方
- ・妊娠中の方
- ・肝臓疾患、ガン、糖尿病の治療を受けている方
- ・鉄剤を飲む必要のある貧血の方
- ・胃腸の手術を受けた、胃酸が少ない等、胃腸に問題がある方
- ・ステロイドが入っている薬を飲んでいる、HIVに感染している等、免疫力が落ちている方



【 裏面へ続く 】



気をつけよう！食中毒 ～つづき～



■ 家族にうつさないようにするには、どうすればいい？

- ・うつらない・うつさないために、特に調理の前、食事の前、トイレの後、便や吐いた物に触った後は、よく手を洗いましょう。
- ・食中毒にかかっているおそれのある人は調理を控えましょう。
- ・食中毒にかかっているおそれのある人が使った食器や調理器具は、洗剤で洗うだけでなく、熱湯をかけて消毒しましょう。
- ・食中毒にかかっているおそれのある人の下着・衣類は、別に洗いましょう。
- ・食中毒にかかっているおそれのある人は、家族の後にお風呂に入るようにしましょう。湯船のお湯は毎日かえましょう。
- ・家族が食中毒にかかったら、お風呂の残り湯を洗濯に使うのはやめましょう。

【 農林水産省HP抜粋 】

【 診療案内 】

- *新患受付時間 8:30 ~ 11:30
- *再来受付時間 6:30 ~ 11:30 (自動受付機)
- *表の○は診療、空欄は診療がありません。
- *午後は一部診療科を除き、各診療科とも入院診療・検査などの対応です。
- *診療日の変更となる場合がありますのでご了承ください。
- *休診日は、土・日・祝日・年末年始です。



外来診療表(平成26年6月4日現在)

※()は、医師の所属病院

区 分		月	火	水	木	金	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	
循環器	午前				○		(岩手医大)
内科	午後	○		○			(二戸病院) 予約患者のみ
腎臓内科	午後	第1 月曜日 のみ					(中央病院) 毎月1回の診療 予約患者のみ
神経内科	午前			○			(二戸病院)
外科	午前	○		○		○	(月・水・金 岩手医大・ 金 二戸病院)
整形外科	午前	○	○	○	○	○	(木・金 応援医師)
泌尿器科	午前	○	○	○	○	○	
皮膚科	午前	○			○		
精神科	午前	○	○	○	○	○	
耳鼻いん こう科	午前	○	○	○	○	○	診療は予約制
	午後	○	○	○	○	○	

一戸病院基本理念

『安全で安心できる温かい病院をめざして』

基本方針

- 1 患者さんの人間性を尊重し、まごころのこもった患者中心の医療を展開するとともに、何でも相談に来てもらえる信頼される病院づくりに努めます。
- 2 職員が働きがいを持てる職場環境づくりに努めます。
- 3 最新の医療動向、地域の実情などに応じた改革改善の取り組みを継続し、経営の効率化に努めます。
- 4 患者さんの地域での暮らしを支えるため、保健・医療・福祉との連携を密にします。