

# 生で食べると危険です!

生の食品には食中毒をはじめ健康被害を起こす危険が潜んでいることを食べる側も知っていなければなりません。

① 腸管出血性大腸菌



O157では多くの死亡事例あり

② カンピロバクター・ジェジュニ



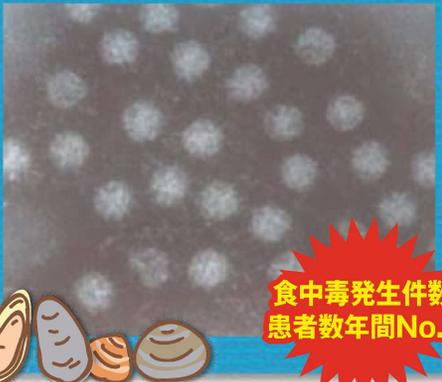
重度の後遺症となることも

③ サルモネラ属菌



卵も要注意

④ ノロウイルス



食中毒発生件数患者数年間No.1

⑤ E型肝炎ウイルス



野生動物にも病原ウイルスがいます

⑥ アニサキス



急激な腹痛

⑦ クドア・セブテンpunkタータ

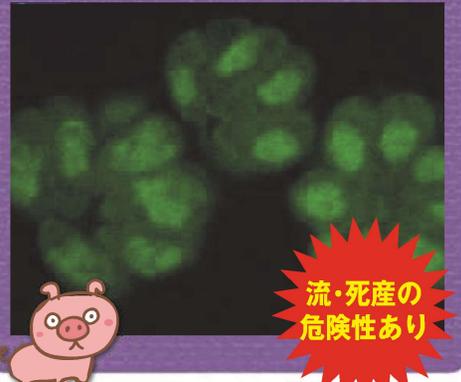


H23年に確認された新しい食中毒病因物質

⑧ サルコシステリス・フェアリー



⑨ トキソプラズマ



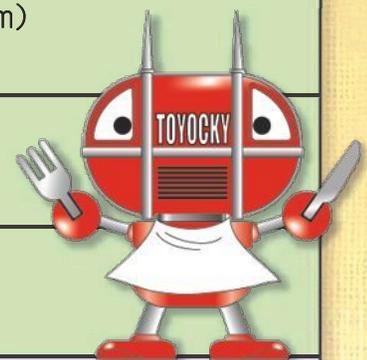
流・死産の危険性あり

出典・提供

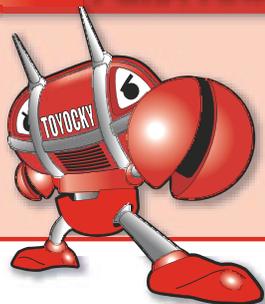
①②③⑤…国立感染症研究所感染症疫学センター ④…愛知県衛生研究所 ⑥⑨…国立感染症研究所  
⑦…広島県立総合技術研究所保健環境センター ⑧…埼玉県食肉衛生検査センター

# 全部加熱で防げます!

分類	病因物質	主な原因食材	症状・特徴
細菌性食中毒	腸管出血性大腸菌 (O157・O111など)	牛肉 牛レバー	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後1～10日(平均3～5日)で発症</li> <li>● 初期は水様性下痢、後に血便、腹痛、発熱、倦怠感</li> <li>● 強い毒素を産生し、溶血性尿毒症症候群(HUS)や脳症を併発して重症化することも</li> <li>● 少数の菌の摂取で発症</li> <li>● 馬肉が原因となったことも</li> </ul>
	カンピロバクター	牛肉 牛レバー 鶏肉 鶏レバー 豚レバー	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後1～7日(平均2～3日)で発症</li> <li>● 下痢、腹痛、発熱、頭痛、悪寒などの風邪様症状</li> <li>● まれにギラン・バレー症候群(手足のしびれや運動障害)を発症し、後遺症として手足に麻痺が残る</li> <li>● 少数の菌の摂取で発症</li> </ul>
	サルモネラ属菌	鶏肉 鶏卵 豚肉	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後6～72時間で発症</li> <li>● 激しい腹痛、発熱、下痢、頭痛、悪寒、おう吐</li> <li>● 自然界のあらゆるところに存在</li> </ul>
ウイルス性食中毒	ノロウイルス	カキ アサリ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後24～48時間で発症</li> <li>● おう吐、下痢、発熱、腹痛</li> <li>● 少量のウイルスの摂取で発症</li> <li>● 症状が治まっても便の中にウイルスを排出</li> </ul>
	E型肝炎ウイルス	豚レバー シカ肉 イノシシ肉	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後2～9週間(平均6週間)で発症</li> <li>● 黄疸などの肝機能障害、発熱、おう吐、腹痛、倦怠感</li> <li>● 無症状が多いがまれに劇症化となり、特に妊婦は劇症化率が高い</li> <li>● 近年国内での人の感染事例が散見されている</li> </ul>
寄生虫性食中毒	アニサキス	サバ アジ イカ イワシ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後8時間以内で発症</li> <li>● 急激な腹痛、おう吐</li> <li>● 虫体は目視で確認可能(約1～3cm)</li> <li>● 一定時間の冷凍で感染力を失う</li> </ul>
	クドア・セプトエンブクター	ヒラメ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後数時間で発症</li> <li>● 下痢(一過性)、おう吐、発熱</li> <li>● 一定時間の冷凍で感染力を失う</li> </ul>
	サルコシスティス・フェアリー	馬肉	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後数時間で発症</li> <li>● 下痢(一過性)、おう吐</li> <li>● 一定時間の冷凍で感染力を失う</li> </ul>
その他	トキソプラズマ	豚肉 豚レバー	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食後5～23日で発症</li> <li>● 多くの場合、感染しても無症状</li> <li>● 妊婦が感染すると流産・死産を引き起こすことも</li> </ul>



## 「新鮮だから安全」「禁止されていないから安全」とは限りません!



- ▶ 生の食材には病原体が付着していることが多くあります。
- ▶ お子様やご高齢の方、その他食中毒に対する抵抗力の弱い方は重症化する恐れがあります。
- ▶ 健康な成人であっても発症します。  
また、発症しなくても病原体保有者となり、感染源となることがあります。
- ▶ 特に肉を「生」で食べることは、死に至るリスクを伴います。

©2021 豊橋市保健所

豊橋市保健所 生活衛生課 ☎0532-39-9124