

食肉に由来する食中毒の予防

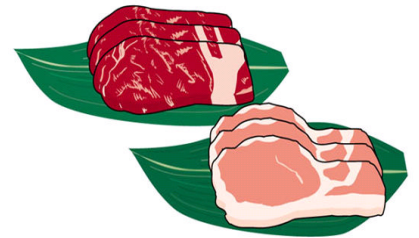
肉の生食や加熱不足で起こる主な食中毒

	腸管出血性大腸菌 (O157、O111 など)	カンピロバクター
特徴	<ul style="list-style-type: none">牛などの動物の腸管内に生息少量の菌で発症潜伏時間が長い（2～7日）増殖時にベロ毒素を産生加熱に弱い	<ul style="list-style-type: none">鶏や牛などの動物の腸管内に生息牛の肝臓（レバー）内部に生息少量の菌で発症潜伏時間が長い（2～5日）加熱や乾燥に弱い
症状	<ul style="list-style-type: none">腹痛、下痢（血便）溶血性尿毒症症候群（HUS）を併発し、意識障害に至ることがある	<ul style="list-style-type: none">下痢、腹痛、発熱食中毒の後に、ギラン・バレー症候群を併発し、手足の麻痺や呼吸障害を起こすことがある
主な原因食品	<ul style="list-style-type: none">牛生レバー、ユッケなど	<ul style="list-style-type: none">鶏肉タタキ、鶏刺しなど

食肉による食中毒予防のポイント

【お肉からの二次汚染を防ぐ！】

- 生肉を調理する包丁やまな板などは専用にししましょう。
- 野菜などに肉汁（ドリップ）がかからないようにししましょう。
- 生肉を触った後は、必ず手指の洗浄・消毒をししましょう。
- 器具や食器などは熱湯で消毒ししましょう。
- 生肉をつかむ専用の器具（トングや取り箸）を準備ししましょう。



【食肉の生食を控える！】

- 肉や生レバーなどは、「生食用」の表示がなければ「加熱用」です。
- 牛の肉や肝臓で生食用のものは、出荷実績がなく、流通していないものと考えられます。

【食べるときの注意点！】

- 肉やホルモンなどは、しっかり加熱して食べましょう。
- 食べる箸と生肉をつかむ箸（トング）を使い分けましょう。

**「新鮮だから生でも大丈夫」は間違いです！
「表面を消毒すれば大丈夫」では不十分です！**