

中野こども病院から患者保護者の皆様へ“今知ってほしい”情報を発信します

食中毒に気をつけましょう

食中毒が発生しやすい時期です。症状は下痢、腹痛、発熱、悪心、おう気、おう吐、頭痛、悪寒、倦怠感などです。原因は菌やウイルスなどありますが、原因菌を特定するには培養検査といって、菌をある程度増やさないと分かりません。症状や周りの流行状況、血液検査などである程度原因菌を絞り込んで治療をします。原因菌がはっきりわかるのは症状が治まって元気になってからのことが多いです。

主な原因菌、ウイルスを紹介します

O157（腸管出血性大腸菌）

主な原因は生の牛肉やレバー、井戸水をそのまま摂取することで発症することがあります。激しい腹痛、下痢や血便などの症状がありひどい場合には尿が出なくなったりけいれんや意識障害をひきおこすこともあります。

カンピロバクター

主な原因食品は、生あるいは加熱があまりなされていない鶏肉（鶏刺し、タタキなど）、加熱不十分な鶏肉（バーベキュー、焼き鳥など）、あるいは二次汚染された（感染された手で触ってしまった）食品などです。

サルモネラ

牛・豚・鶏などの食肉、卵などが主な原因食品です。これまでに、卵焼きやオムレツ、手作りケーキやマヨネーズなどからもサルモネラ食中毒がおこっています。また、ペットからの感染も要注意です。

ブドウ球菌

ブドウ球菌による食中毒は、おにぎりや弁当、サンドイッチやケーキなど、さまざまな食品が原因となります。ほとんどの場合、菌が調理する人の手から伝わって食品に取り込まれます。特に、調理する人の手や指に傷や湿疹があったり、傷口が化膿しているような場合は、食品を汚染する確率が高くなり、注意が必要です。

ノロウイルス

一般的にはロタと並びウイルス性胃腸炎の代表ですが、ウイルス保有者により汚染された食品からも感染します。人から人への感染があり、集団感染がよくみられます。



食中毒予防の3原則

原因菌をつけない・増やさない・やっつける

1. つけない

原因菌やウイルスをつけないために料理前やトイレ後、動物を触ったあとは必ず手洗いをしましょう。調理の際には生肉や魚を切った後のまな板で次に調理することがないように生で食べるものから先に調理すれば安心です。

2. 増やさない

食べ物に付着した菌を増やさないためには低温で保存をしましょう。10℃以下で増殖がゆっくりになり、-15℃で増殖が停止します。冷蔵庫に入れても菌はゆっくり増殖していますので過信は禁物です。

3. やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、台所用品にも熱湯消毒が有効です。料理では75℃で1分以上が目安です。特に肉料理は中心までよく加熱しましょう。

食中毒になってしまったら？

病院に行くタイミングは？

おうとや下痢で元気がない、ぐったりする。いちごジャムのような血便がでる。おしっこがでなくなる、などの症状があれば救急受診が必要です。

薬は？

下痢止めは、菌やウイルスが身体から排泄されるのを遅らせ、毒素が増えるため通常は使用しません。消化を助けるための整腸剤は補助的に使います。細菌性腸炎の場合は、適切な抗生剤を使用します。

人から人へうつりますか？

感染経路は糞口（ふんこう）感染と言い、便中の菌やウイルスが、手を介してまわりの人の口に入って感染します。手洗いや、包丁・まな板などの調理器具の消毒が重要です。おうと物や便のすみやかな除去が感染の広がりを防ぎます。

学校・園へ行けるようになるのは？

細菌性腸炎の場合は菌が便から出なくなるのを確認してからになります。ウイルスの場合は胃腸症状が改善してから登園しましょう。



病院本館新築工事の状況

平成25年12月に着工した本館新築工事ですが着々と工事が進められています。
平成26年12月に完成予定で1月に現在の新館から引っ越しが予定されています。



現在1階部分は見えなくなって2階の床部分が見えています。
これから1カ月ごとに1階、2階、3階と工事が進んでいきます。クレーンが建っている部分は大きな吹き抜けになります。各階に明かりが取り込める構造となり明るい待合、病棟になります。
今までは混雑時にご不便をおかけすることがありましたが、患者保護者の皆様に、快適な待ち時間を過ごしていただけるように、現在の待合よりも広くなります。

新しい病院にご期待頂くとともに、もうしばらくの建設工事にご協力宜しくお願い致します。



待合のイメージ図です



完成予想図（向かって左が現在の病院です）



当院を受診される患者保護者様へ

- ただいま病院新築工事でご迷惑をお掛けしております。工事車両が病院の前を通ることもあります。警備員を配置して安全に努めていますが、保護者の方々もお子様の安全に十分ご注意ください。病院内外でお子様から目を離さないようお願い致します。
- お車で来院される際は、病院南側の立体駐車場をご利用ください。病院受診時や面会時にも無料でご利用いただけます。詳細は常駐している警備員にお声かけください。近隣のご迷惑になりますので路上駐車は絶対におやめください。
- 待合の椅子には限りがあります。子どもたちが座れないことがないよう、混雑時は譲り合っておかけ下さい。なお、ベビーカーは病院玄関前にスペースを設けておりますので、ご利用ください。少しでも待合に多くの患者様が座って頂けるよう、ご協力お願い致します。
- 当院は全館禁煙、敷地内も禁煙となっております。病院の外で喫煙されても煙が病院内に入ってくることもありますので、病院周辺での喫煙もご遠慮ください。また、たばこのポイ捨ても絶対にしないでください。病気で来ている子どもたちのためにもご協力よろしく申し上げます。
- 診察、検査、処置が終わるまで飲食はご遠慮ください。もどしたり、咳込みの原因になります。