



●食中毒が起きたら

医 療 と 健 康

夏場の暑い時期には、食べ物が傷みやすく、十分注意していても食中毒を起こすことがあります。風邪などの病気とは違う症状が起きるので、あわててどうして良いかわからなくなることもありますが、適切な初期の措置を行うことが肝心です。

調理してから食べるまでに時間がたった食物や、生の食品が細菌で汚染されると、増殖した細菌そのもの、または細菌の出す毒素が中毒の原因となります。これを食中毒といい、症状は腹痛、嘔吐、下痢で始まり熱が出る、というようなものです。

家庭でできる食中毒の手当は次のようなことです。

- ◆嘔吐・下痢がある場合は脱水を防止するため、嘔吐を誘発しないように水分を少量ずつ頻繁に与えます。
- ◆吐いた物が気管に入らないような姿勢をとらせます。
- ◆できるだけ早く医師の診療を受けさせます。



0157等の腸管出血性大腸菌感染症の場合には、回数が多く、激しい水様便の後に血便となります。血便があった場合には、早急に医師に見せる必要があります。