

# 並木健康くらぶ通信

並木病院 看護部教育委員会 平成30年7月 第12号



**北村好章 医師** 浜松医科大学 1983年卒業  
 内科認定医、消化器内視鏡専門医  
 外科認定登録医、消化器外科認定医、認定産業医

皆様こんにちは。私は平成30年4月より当院・内科勤務となりました(よろしくお願ひ致します)。これからいよいよ夏本番になりますが、細菌性食中毒は、発生機序から(広義の)感染型と毒素型に分類されます。



## ① 《 細菌性食中毒：感染型・毒素型の違いは？ 》

	【 感染型 】	【 毒素型 】
原因菌	腸炎ビブリオ、サルモネラ属菌、病原性大腸菌など	黄色ブドウ球菌、ボツリヌス菌、セレウス菌(嘔吐型)など
潜伏期間	長い(12~36時間)	短い(1~数時間)
菌の検出	菌は検出されやすい	食品、便から菌の検出は一般的に困難



## ④ 《まとめると食中毒予防の三原則は？》

1. 細菌をつけない・持ち込まない  
 (手指を良く洗浄する・手袋を使用する)
2. 細菌を増やさない  
 (室温で放置しない・冷蔵庫で保存する)
3. 細菌を殺す  
 (食前に加熱する)

## ② 《 食前加熱の有効性はどうか？ 》

一般的に、感染型は食前加熱で細菌を殺すことにより予防できます。毒素型は毒素が耐熱性の場合、食前加熱は無効です。→黄色ブドウ球菌、セレウス菌(嘔吐型)。

## ③ 《食前加熱が無効な細菌の予防は、どうしたらよいでしょうか？》

【主な原因食品】 【予防のポイント】

黄色ブドウ球菌・おにぎり、サンドイッチなど ・手指に傷・化粧創などある人は調理禁止 ・手指を良く洗浄する ・手袋を使用する  
 セレウス菌 ・穀物加工品、チャーハンなど ・米飯・茹でたスパゲッティーなどを室温で放置しない(6時間以上)・冷蔵庫で保存する

## 「スマイルカフェ」 5月28日に開催されました。

日頃の労をねぎらい、ケーキがプレゼントされました。  
 新人さんも感謝の気持ちを込めて手伝いました。  
 特大ケーキには、院長からのメッセージと新入職のスタッフなどの名前があり、感動しましたネ。



スマイルになります

## アロマセラピー講習会のお知らせ(予約制)

日時:9月8日(土)  
 10:00~12:00  
 講師:西井貴誠医師

テーマ:免疫とアロマセラピー

オリジナルスプレーを作ります



## 第9回 並木健康くらぶ講習会が6月23日(土)に行われました

講師:橋本看護副師長  
 テーマ:タバコの害について



タバコの煙が周囲の人に与える害について勉強しました。写真は呼吸のストレッチ体操を行っているところです。

## お知らせ

並木病院では訪問診療を行っています。

お問い合わせは並木病院外来にお願いします。



## 編集後記

今年は、梅雨明けが早く7月から猛暑が続いています。一方西日本では豪雨による災害がありました。当地域でも、いつ災害が起こるかわかりません。災害が起こった時、自分がどう行動するのか家族や友人、職場の仲間と話合っておくことが大切です。



教育委員:高野委員長、大山副委員長、今井、高橋(由)、根岸、渡部、橋本、中嶋、白砂

