



# 病児保育だより

やまさきこどもクリニック

Yamasaki Kodomo Clinic



2025年 8月



今年は梅雨も早々に明け、暑い日が続いています。夏の感染症や熱中症など気をつけるべきものは色々ありますが、今回は「食中毒」、夏に多い「細菌性食中毒」について今一度おさらいしたいと思います。覚えておいていただきたい、疑うべき症状・病態・それぞれの特徴・予防法などを紹介します。



## 「食中毒」ってなあに？

「食中毒」とは細菌やウイルス自身やそれらが作り出す毒素に汚染された飲食物を摂取してしまったときに腸管が傷害されることです。一年中おこりえますが、暑くて湿度も高い夏に多いのは「細菌」によるものです(冬はノロウイルスなど「ウイルス性」のものが多いです)。  
細菌性食中毒による急性の消化器症状(腹痛・下痢(血便も)・嘔吐など)があらわれたら速やかな受診が大切です。

### 【感染経路とタイプ】

- ①感染型 : 原因菌が腸の粘膜を直接傷害する
- ②生体内毒素型 : 原因菌が腸の中で「毒素」作り、それが腸の粘膜を傷害する
- ③毒素型(発症早い) : 原因菌の作った「毒素」が付いた食品を食べて発症する

| 病原菌      | 主な感染源           | 潜伏期間   | 症状・特徴                                             |
|----------|-----------------|--------|---------------------------------------------------|
| カンピロバクター | 食肉(生に鶏)・牛乳      | 2〜7日   | 熱 → 嘔吐・腹痛・下痢(水様)<br>多くは予後良好                       |
| サルモネラ    | 鶏、卵、生焼け肉        | 1〜3日   | 嘔吐 → 腹痛・熱・下痢(水様)<br>大部分は1週間で軽快                    |
| ウェルシュ菌   | カレーなどの再加熱       | 6〜18時間 | 腹痛・下痢(水様)<br>1〜2日で治癒が多い                           |
| O-157    | 生焼けの牛肉・野菜       | 3〜5日   | 下痢 → 血便・腹痛<br><b>重症化!! (→ 急性脳症など 怖い、)</b>         |
| 腸炎ピブリオ   | 魚介類(生・加工品)      | 2〜20時間 | 上腹部痛・下痢(水様〜粘液性)<br>多くは数日で治癒                       |
| セレウス菌    | 肉・魚・野菜          | 8〜16時間 | 嘔吐・下痢・腹痛<br>少量では発症しない                             |
| 黄色ブドウ球菌  | おにぎり・かまぼこ・お弁当   | 1〜6時間  | 激しい嘔吐・腹痛 下痢(水様)<br>1〜2日で回復する                      |
| ボツリヌス菌   | 真空パック・瓶詰め・ソーセージ | 1〜8時間  | 複視・散瞳・羞明 → 嚥下困難・発語困難<br>→ <b>四肢麻痺・呼吸困難 致死率高い!</b> |



## 細菌性食中毒の治療法は？

軽症〜中等症で基礎疾患のないお子さんに「抗菌薬」は不要です！ 原則、脱水に対する輸液などの対症療法を行います。下痢止めは治りを長引かせます。

## 日常の食中毒の予防法は？

病原菌を「付けない」「増やさない」「死滅させる」です。手・食材・調理器具をよく洗う。購入後、冷蔵庫・冷凍庫にすぐ入れる。ちゃんと加熱する。これらが大切です！

【ここ数ヶ月間に当院病児保育をご利用された方の病気】

「急性胃腸炎」「急性上気道炎」  
「手足口病」「アデノウイルス」  
「マイコプラズマ」「水ぼうそう」  
などなど、

やまさきこどもクリニック  
病児保育室 Teddy's

TEL : 0956-37-8813