



2019年5月号

検査室だより

風薫る五月。新しい時代「令和」の幕開けです。
30年以上も前、小渕官房長官が「平成」と書かれた額を掲げたことがついこの間のことのように、はっきりと思い出されます。「平成」には阪神・淡路大震災や東日本大震災をはじめとして、北海道や広島、九州にも災害がありました。「令和」には「一人ひとりが明日への希望とともに、それぞれの大きな花を大きく咲かせることができる、日本でありたい」という願いがこもっているそうです。明日へ希望を持てるような明るい時代が来るといいですね。

突然ですが、焼き鳥は好きですか？たれ派ですか？塩派ですか？冬には、かしわの水炊きも美味しいですね。私たちの食生活になくてはならない鶏肉。そんなニワトリの消化管の中にいるといわれているのが「カンピロバクター」という細菌です。ニワトリだけでなく牛や豚、犬や猫の腸にもいます。これらの動物のウンチなどで汚染された食品や飲料水を介してヒトに感染します。小さな子供などはペットとの接触で直接感染することもあります。感染してからだいたい一週間以内に下痢や腹痛、発熱などの症状が出てきます。多くの場合、特別に治療しなくても自然治癒してしまいます。しかし、まれに合併症として「ギランバレー症候群」にかかる人もいます。「下痢が止まったなー」とホッとした後に歩行困難や顔面の神経麻痺など末梢神経障害が出てきます。下痢や嘔吐が治まった後もしばらく注意が必要です。「カンピロバクター」は熱や乾燥に弱い菌です。しっかり加熱すれば大丈夫です。「しっかり加熱？」・・・鶏肉の焼く、煮る、揚げるなどの調理をする場合に、肉の中心部の色がピンク色（生肉の色）から白く変わっていれば「カンピロバクター」はほぼ死滅するという調理実験結果が得られているそうです。これを参考にしてください。鶏肉を調理した後は、まな板や包丁などの調理器具をよく洗いましょう。手を洗うことはもちろんです！予防をしっかりとって楽しい食事にしましょう。



新年度から一ヶ月が経ちました。新しい環境でスタートした方もたくさんいらっしゃると思います。自分が思っている以上に心や身体は疲れています。ゆっくりお風呂に入ったり何か楽しいことを見つけたりして気持ちや身体を開放してあげられるといいですね。

公衆保健協会 検査室

