

「食中毒の予防を考える集い」 質疑応答

Q：カンボジア旅行に行った時に茹でエビで食中毒になりました。今回の先生の話の聞くと毒性プランクトンだと思いますが、どうなのでしょう？

A：夏になると発生する赤潮などがありますが、そういうところにいるプランクトンだと思って下さい。生物濃縮などで毒性が蓄積します。

今のお話の場合、(毒性プランクトンとは関係なく)茹でが足りなかったのかもしれないね。また、海外への旅行の際は水にも食中毒菌がいる場合がありますので気をつけて下さい。水で洗ったサラダでも食中毒の可能性あります。

Q：免疫力が昔と比べて低下していると聞きますがどうなのでしょう？

また、免疫力を高める方法がありますか？

A：特保などにそういう製品があります。特保というのは、人で実験をしたものですから、そういったものを摂取するのもいいでしょう。

Q：先程、トイレの水洗でノロウイルスが飛散するという話がありましたが、トイレの蓋は開けておいた方が良いでしょうか、閉めておいた方が良いでしょうか？

A：流す時は飛散を防ぐために蓋を閉めて流した方が良いでしょう。

Q：石川県ではどんな食中毒が多いのでしょうか？

A：昔は腸炎ビブリオによる食中毒が多かったのですが、対策がとられるようになってほとんど発生しなくなりました。最近はカンピロバクターやノロウイルスによる食中毒が多いです。また、キノコによる食中毒は毎年発生しています。

Q：ノロウイルスによる感染性胃腸炎の効率的予防方法は？

A：食中毒については生で食べないこと。二次感染の予防については、後片付けに気をつけることが大事です。

Q：ノロウイルスに罹った時の水分や食事面での対処法は？

A：下痢止めなどは飲まない方が良いといわれています。そうすると脱水症状がおきますから、スポーツドリンクなどで水分を補う必要があります。

Q：次亜塩素酸ナトリウムと食酢をベースにした消毒液との効果の違いについて教えていただけないでしょうか？

A：以前、ある保育園から次亜塩素酸以外の消毒方法について相談を受けた時に、食品に使われている有機酸（酢など）を勧めたことはあります。ただ、次亜塩素酸には次亜塩素酸の利点・欠点、酢には酢の利点・欠点がありますので、使用の対象や濃度などには注意して下さい。

Q：食中毒の菌の繁殖数に限界はありますか？

A：通常、食品の表面や中で増える場合には 10^9 個が限界です。土の中では、だいたい 10^{10} 個です。一番多いのが我々のお腹の中で、 10^{12} 個です。

Q：キノコによる食中毒の注意点は？

A：似ているキノコが多く、かなり知識がある方でも間違えて食べて中毒を起こしたという事例が毎年数件起こっています。素人判断で採って食べるということは止めた方がいいです。

配布した参考資料のフードコミュニティいしかわ17号にキノコの食中毒についても記載しているので、参考として下さい。