

感染性腸炎(いわゆる細菌性食中毒)について



小児科 部長 川村 研

ヒトから人への感染は基本的になく、また回復も早いのが特徴です。
④腸炎ビブリオ：夏場の海産魚介類の生食により摂取から数時間後に発症、腹痛、嘔吐、時に下痢、血便も伴います。
⑤腸管出血性大腸菌：病原性大腸菌にはいくつかの血清型が知られていますが中でもO157、O26、O111、O104などはベロトキシン産生大腸菌ともいわれ、ベロ毒素を产生し、溶血性尿毒症候群(HUS)※という病気を引き起こすことがあるといわれています。特にO157は毒性が強くこの菌による腸炎の後、約10%が数日でHUSを発症し、その1~5%は急性期に死亡することがあります。HUSを発症した場合には特異的な治療法ではなく、HUSにならないようするためには、大腸菌感染の初期に(2日以内)抗生素を飲むことが効果的ですが、確立したものではなく、また早期の診断が困難であることから、有効な予防法もないのが現状です。HUSは低年齢や高齢者で特に重症化しやすいことが知られており、特に乳幼児では火を通してない牛肉の生食には十分注意する必要があります。

【代表的な細菌】

- サルモネラ：**鶏卵、肉類の生食や、ベット(ミドリガメなど)飼育時の不十分な手洗いなどで発症します。半日~数日後に発熱、腹痛、血便などで発症し、抗生素の投与や自然治癒などで、症状は軽快しますが、長期にわたって腸の中に菌が住み着きやすいのが特徴です。
- カンピロバクター：**鶏肉などの生食や汚染された包丁などの使用により発症します。摂取から1日~数日後より腹痛、発熱、水様便などで発症します。
- 黄色ブドウ球菌：**手や指の化膿創にいる黄色ブドウ球菌がおにぎりや弁当などに混入し高温のもとで増殖、それを摂取することで、数時間後に発症します。嘔吐、腹痛が強く下痢、血便もしばしば認めます。サルモネラ、カンピロバクターに比べ毒素による発症のため

この季節になると冬の時期に多くみられるウィルス性腸炎(ノロウィルス、ロタウィルス)にかわり細菌性の食中毒が話題になります。最近では牛肉の生食(ユッケ)による腸管出血性大腸菌O157やヨーロッパでは野菜などによるO104の集団発生が記憶に新しいところです。このように腸管出血性大腸菌による食中毒は毎年問題になりますが、それ以外の原因による食中毒もまた存在します。今回は代表的な食中毒の症状を概説します。

以上のような食中毒を防ぐためには体の中にある細菌を取り込まないことが重要であり、唯一の予防法になります。たとえば腸管出血性大腸菌では75°Cで約1分間の加熱で細菌は死滅すると考えられており、十分に火を通すことにより防ぐ事ができると考えられます。牛肉のレバーやユッケなど生の肉類を摂取するのは個人の自由ということになりますが、食中毒の可能性も考えて特に暑い時期は十分に気をつけるようにしてください。それでもしこれらの細菌により食中毒の症状が出た場合には早めに近隣の医療機関へ受診しましょう。

*溶血性尿毒症候群(HUS)とは腸管出血性大腸菌が放出する毒素が腎臓の細胞や赤血球に作用して血管の中で溶血(赤血球が壊れる)が起こり、同時に急性腎不全が起こる病気です。

栄養科通信

王様のハーブ☆バジル

バジルは古代ギリシアで高貴の薬草として香水や入浴等に使われていたことから「王様のハーブ」と呼ばれていたそうです。バジルの香りには胃腸の働きを良くする効果があるため、食欲増進・消化促進・疲労回復に役立ちます。バジルには100種類以上の品種があり、スパイスとして最もよく使われるが「スイートバジル」と「ピュッシュバジル」の2つです。そのほかにも、赤シソのような紫色の「ダークオーパールバジル」やレモンのような香りのする「レモンバジル」などがあります。バジルは寒さに弱いため7月から9月に収穫時期を迎えます。今が旬の食材です。バジルは香りに特徴があるので、料理に利用する際は香りを生かす工夫が大切です。バジルの香り成分はとびやすいため、料理に使う際間まで刻まないようにしましょう。

また、加熱すると風味がおちてしまうため、熱い料理に加えるときは食べる直前にバジルを加えるようにしましょう。

今回は暑い時期にお勧めのバジルを使ったコールドパスタを紹介します。

バジルとトマトの冷製パスタ レシピ(4人前)

材料	バジル…3枚 スパゲッティ…400g トマト…2個 ロースハム…3枚 玉ねぎ…1/2個	ワインビネガー…大さじ2 オリーブオイル…大さじ4 塩コショウ…少々 ✿細いスパゲッティ(カッペリーニ)がお勧めです。
----	---	--

<作り方>

- トマトの皮をむき2cm角に切る。玉ねぎはみじん切りにし、水にさらしておく。ロースハムは半分に切ったあと千切りにする。
- スパゲッティは好みの固さにゆで、冷水で洗い水気を切る。
- ボウルにAを混ぜ合わせ、水気を切った玉ねぎを加え混ぜる。
- スパゲッティと③を混ぜ器に盛る。
- その上にトマト・ロースハムをのせる。
- バジルを千切りにし、④の上にのせる。

<栄養成分> 1人分

- エネルギー: 569kcal
- 炭水化物: 79.6g
- たんぱく質: 15.9g
- 脂質: 19.0g
- 塩分: 0.4g

管理栄養士 辻 沙耶佳



Seirei Sakura Tsushin Aug.5.2011 vol.85

未来が変わる。日本が変わる。

25

8月号



「理学療法の日」イベントが7/20, 7/21に行われました。
患者さまや学生に参加していただき、リハビリについて理学療法士に相談をしており、リハビリ室見学などを行いました。

- *ロビーイベントのお知らせ / 聖隸コミュニケーションセンターからお役に立つ商品情報 / 病院の節電・工コ活動
- *病気の原因 -漢方的な視点から * 感染性腸炎(いわゆる細菌性食中毒)について
- *各科外来担当および診療内容 * 歯科検診受けていますか?
- *栄養科通信『王様のハーブ☆バジル』

聖隸佐倉市民病院

〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2

Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8996 http://www.seirei.or.jp/sakura/

ロビーイベントのお知らせ

下記日程にてロビーイベントを開催いたします。
当日は、コーラス団体・コールなざさんによるコーラスワーク、青野淳子さんによる中国ダルシマ琴(琴)の二部構成にてお届けいたします。
皆さまお誘いあわせのうえ、ぜひとも素敵なお演奏をご鑑賞ください。

●日時: 8月20日(土) 14時~ ●場所: 1階ロビー

聖隸コミュニケーションセンターからお役に立つ商品情報

[折りたたみシャワーベンチの紹介]

入浴時、体を洗ったり洗髪するとき、家庭用のお風呂いすでは低すぎて、立ち上がりが大変な方に、高さ調節ができるシャワーベンチをご紹介します。



■製品の特長

*折りたたみ

持ち手を引き上げるだけ。

片手で簡単に折りたため、自立する。

*高さ調節

座面までの高さが35cmから45cmまで6段階調節できる。

*肘掛ね上げ

着座時に体を安定させる肘掛けは、移乗時に跳ね上げ、じゃまにならない。

聖隸コミュニケーションセンター(院内1階、介護用品店)にて、25,200円で販売中です。他にもサイズやタイプの違う物がありますので、ご相談ください。

病院の節電・工コ活動

当院は節電・工コ活動として、院内の照明の間引きや職員及び病院来訪者のクーラビズの推奨などを行っています。その節電・工コ活動の中から1つ紹介させていただきますと、1階の外来診察室近くで、ゴーヤでグリーンカーテンを作りました。



まだ小さいですが大きくなれば遮光効果(日中の直射日光が部屋に入るのを防ぐ)や葉の蒸散による冷却効果(周囲の温度を下げる効果)が期待できます。

私たちは、被災地の皆さんへの思いをこめて、今般の電力不足の対応に皆さまとともに積極的に取り組みます。ご協力をお願い致します。

各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内またはホームページをご覧下さい。

■月に1度、保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ〈直通〉 043-486-8111

●予約受付・変更………〈直通〉 043-486-1155

●月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………〈代表〉 043-486-1151

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

総合内科	月	火	水	木	金	土
初診	徳山 森本	申田 小川	徳山 川瀬	今村 森本	栗原 杉本	瀧(第1・3) 豊(第2・4)
再診	鈴木 田中	鈴木/藤井	藤井	田中 鈴木	鈴木	一

○必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木	一	一	一	一	一

消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	齋藤	一	住吉/佐藤	佐藤/齋藤	住吉	一

代謝・内分泌	月	火	水	木	金	土
初診・再診	佐々木	一	佐々木	石橋	佐々木	藤原

循環器科	月	火	水	木	金	土
再診	美甘 午前	長谷川 午後	中野	野池	丸山/金枝	一
ベースカード完全予約制	一	一	一	一	丸山/午後	一

健診後外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	一	一	一	一	久保田	一

神経内科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	午前	永室	山本	一	一	一

呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	福井	一	眞崎	櫻庭	眞崎	櫻庭