

## 東葛まいにち 7月 26日

薬剤師による  
ファーストエイド教室 ⑩

### 『食中毒』



薬剤師として活躍する立場から  
日常で使える手当・処置を外婆  
バイス12回に渡り連載。

調理品はなるべく早く  
食べるのが理想ですが、  
そもそもいかない時は容器  
に小分けするなど、速く  
温度を下げる工夫をし、  
冷蔵庫で保存します。

また、ペットボトルを口  
飲みすると、唾液中の  
種々の細菌がボトル中に  
入り込み、知らないうち  
に菌数をふやしてしまいま  
す。

使い終わったまな板の  
消毒には、塩素系漂白剤  
キヤップ2杯分をとり、5  
リットルの水で薄めます。その液  
に2、3分浸した後、水で  
よくすすぎ、乾燥します。

色・味・臭いに気付く前  
に、体に悪さをする条件  
が整ってしまう事もある  
ので、高温多湿の時期は  
特に気をつけましょう。

胃腸障害が、激しく長  
く続く時は、すぐに医療  
機関を受診しましょう。

特にまな板の使い方に気  
をつけてください。

清潔な調理器具を用意。  
毒素を産生します。この  
毒素は加熱してもなくな  
りません。

洗いをし、新鮮な食材と  
調理の前には丁寧に手  
と細菌の関係について考  
えてみましょう。

ここでは、日常生活で起  
り易く、予防できる調理  
原因是幅広く、一番多いの  
はウイルス、細菌、カビな  
どです。

私達は毎日の食事で、考え、生の肉、魚を出来る  
体力と健康を維持して、だけ最後に切るようにし  
ます。ところが暑くてムシ  
ムシした日が続くと、食欲が落ち、水気の多い物  
がぼしくなります。

そんな隙を狙うように  
ふえるのが食中毒です。食  
中毒は、胃腸の痛み、吐き  
気、嘔吐そして下痢を伴  
います。

ここでは、日常生活で起  
り易く、予防できる調理  
と細菌の関係について考  
えてみましょう。

存在するウェルシュ菌は空  
氣のない条件を好み、30  
℃～50℃で活発に繁殖し  
ます。作業の手順を

藤調剤薬局  
6) 一般社団法人 松戸市薬  
剤師会 047-360-3600



食肉、土壤、水中に多く  
いるウエルシュ菌は空  
氣のない条件を好み、30  
℃～50℃で活発に繁殖し  
ます。作業の手順を