

シリーズ⑦



東陽病院  
内科医師  
宇野史洋

横芝町の皆さん、こんにちは。そろそろ梅雨がやってきました。農作物や夏の飲料水にとつてはめぐみの雨も、少しうつつという季節ですね。この時期に困るのが食べ物が傷みややすいこと。食中毒も多い季節です。

食中毒には、細菌と自然毒(フグ・キノコ)の2種類あり、患者数の割合は約9対1。細菌の内訳は多い順に、腸炎ヒバリオ、ブドウ球菌、サルモネラ菌、大腸菌などです。頭文字が(チ・ブ・サ・大)なので、「ちぶさが大きい」などと語呂合わせで覚えていきます。

細菌性食中毒にも感染性と毒素性の2種類があります。感染性は菌そのものが中毒物質なので、加熱調理で殺菌すれば大丈夫。これには、腸炎ヒバリオ、サルモネラ菌、大腸菌が含まれます。一方、毒素性は菌が産生する毒素が中毒物質となるため、加熱して菌が死んでも中毒になるので注意が必要です。これには、ブドウ球菌やからし連根食中毒で有名なボツリヌス

## 細菌と虫にご用心

菌が含まれます。腸炎ヒバリオは海産魚介類に生息します。夏の刺身には要注意。サルモネラ菌はネズミを主とする動物のし尿などに生息。ネズミの出る調理場は困りものです。大腸菌はその名の通り動物の大腸に生息し、糞便を介して感染します。

特に小児では、土いじりなどで汚染された手指による二次感染が問題となります。井戸水中の病原大腸菌による園児集団食中毒は記憶に新しいところでしょう。これらはいずれも、腹痛・下痢・発熱が主症状で、潜伏期はおよそ24時間。加熱調理が予防の鉄則です。それがだめならとにかく流水で洗うこと。(まな板・包丁も)それから特に小児の手洗いは励行させてください。

ブドウ球菌は傷口の化膿巣に生息。怪我をした指での調理には特に気をつけてください。顔や口などの傷も何気なく触ることとで感染源になります。症状は、吐き気・嘔吐・腹痛・下痢で発熱は少ないようです。

治療の原則は、脱水改善目的の点滴です。身に覚えがあったら、すぐ来院を。予後は良好ですが、小児・老人は重症化するのので注意が必要です。フグ・キノコの毒は命に係わります。ご用心を……。

話は変わりますが、鰹の美味しい季節。鰹や鯛、イカ、鯖などにアニサキスという寄生虫が生息します。長さ1cmほどの白い細長い虫ですが、胃に食いついて激痛を来します。これは胃カメラで除去するとすぐ良くなりますので、ご参考までに。冷凍か加熱で防げますが、刺身や酢づけを食べるときは、よく噛みくだいて食べることで……。



手を洗うことで食中毒の予防にもなります

## 暮らしのフポイント ⑪

### 雨傘の手入れ ブラシやスポンジで水洗い

雨が降り続いた後の玄関先で、なんとなく水の腐ったようなにおいのすることがあります。原因は

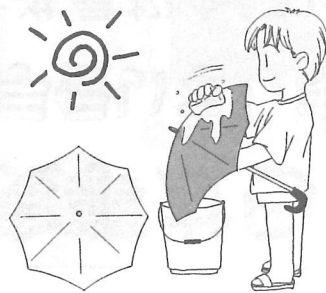
雨傘で、手入れが悪いために。雨傘を使ったら、必ず水を切り、乾いたタオルで柄をふいておき、晴れた日に玄関先などに広げて干すことを習慣にしましょう。

雨傘には、雨水に溶け込んだ汚れがたまりますので、ときどき洗濯用ブラシやスポンジを使って、水で汚れを洗い流してください。洗うときは、柄を上にして裏側から洗います。両面を洗ったら水ですすぎ、傘の水を切って風通しのよい場所で広げて乾かします。

さらに、三か月に一度くらいは、市販の洗濯用の洗剤を使って洗いまししょう。水洗いと同じ要領で、柄を上にして傘を広げ、裏側から洗濯用のブラシかスポンジに洗剤をつけて洗います。傘を回しながら、中心の部分から端に向けてこすります。

洗いにくい骨の間の三角の狭い部分は、歯ブラシに洗剤をつけて、汚れのひどいところは、住宅洗剤を使います。裏側の次

に表側を洗い、汚れが落ちたら全体に水をかけて洗剤を洗い流します。



雨傘は、使っているうちに防水効果がだんだん弱まってきます。洗剤で洗った後は、骨や柄をよくふいて広げて乾かし、防水スプレーで防水剤を吹きつけておきましょう。傘から二十センチくらい離し、傘を回しながら全体にムラなく吹きつけ、しばらく乾かすとできあがりです。

折りたたみ式の雨傘は、よく乾かしてからたたまないで、骨がさびることがあります。開閉しにくくなったなら、シン油をスライドする部分に塗っておきます。普通の雨傘と同じように、ときどき開いて水洗いをしたり洗剤で洗ったりしましょう。