

食中毒は何でおきるの？

身近な食べ物から引き起こされる食中毒。何でおきるのか、どのように症状が出るのか考えてみましょう。

食中毒は細菌が原因でなるの？



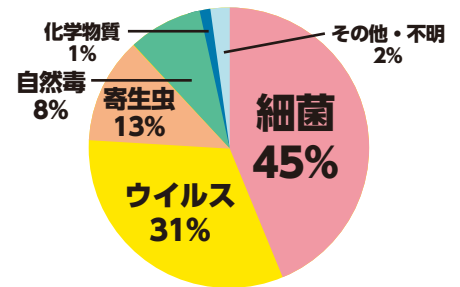
細菌だけでなく、ウイルスや寄生虫などほかにもいろいろな原因があるんだ

食中毒の原因の主なものは細菌とウイルスですが、そのほかにもフグやキノコ、ジャガイモの芽などの食べ物自体に含まれている自然毒や、魚や肉にすみついていて寄生している寄生虫が原因になる食中毒もあります。

食中毒の主な原因

食中毒の原因ごとの発生割合

細菌	腸管出血性大腸菌 (O157 など)、カンピロバクター、サルモネラ など
ウイルス	ノロウイルス、A型肝炎ウイルス など
寄生虫	クドア、アニサキス など
自然毒	フグ、二枚貝などの貝類、キノコ、ジャガイモの芽などに含まれる毒
化学物質	ヒスタミン など



(厚生労働省：2014年病因物質別発生状況)

食中毒になったらすぐにお腹がいたくなる？



原因によっては、食べてすぐには症状が出ないこともあるよ

食べてから症状が出るまでの期間(潜伏期間)は、食中毒の原因によってさまざま。1週間くらいたってから症状が出ることもあります。また、腹痛や下痢だけでなく、フグやキノコによる食中毒では死んでしまうこともあります。

食中毒予防は「つけない」「ふやさない」「やっつける」の3原則！

臭くなければまだ食べられるよね？



見た目やにおいではわからないから、食中毒はやっかいなんだ

食中毒を引き起こす原因物質は、食べ物を腐らせたり、変色させたりするものばかりではありません。食べ物の見た目やにおい、味では判断ができません。ほんの少しの量で食中毒を引き起こす細菌やウイルスもあるので、注意が必要です。

