

# リステリア

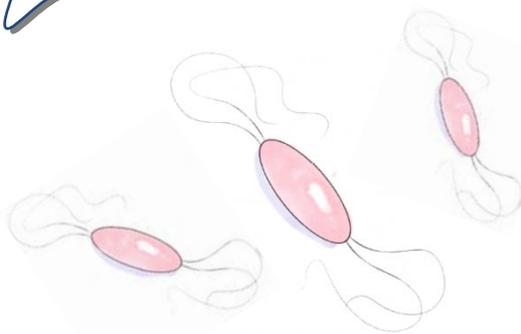
## による 食中毒に**注意**しましょう！

海外では、低温保存するような食品（乳製品や食肉加工品など）によって、リステリア食中毒が発生して、死亡者も出ている。  
国内では、実際に食中毒と判断された事例はないけれど、そういった食品からリステリアが検出されているんだ。



はいん。  
ところで博士、「リステリア」って、なあに？

哺乳類・鳥類の腸管や環境中に広く存在している細菌で、食中毒菌の一種だよ。  
加熱には弱いけど、他の食中毒菌が増殖できないような低温や、高い塩分濃度の中でも増殖できるんだ。



食中毒を起こすのね。  
どんな症状がでるの？

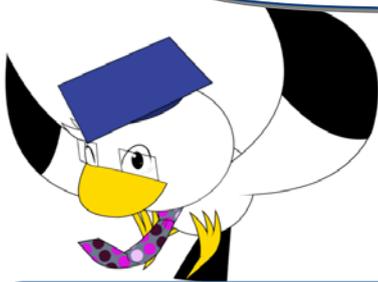
妊婦さんや乳幼児、高齢者、免疫力が低下している人は、重症化することがあるんだ。  
発熱、頭痛などのインフルエンザ様症状や、意識障害、けいれんを起こしたり、妊婦さんでは流産や早産をする可能性もあるんだよ。  
潜伏期間は平均3週間程度で他の食中毒菌に比べて長く、健康な人では無症状であることが多いんだよ。

そうなんだ、知らなかった。  
実は、今お姉ちゃんが妊娠中なの。  
妊婦さんが注意した方がいい食品があれば、  
教えて欲しいな。



海外では、生ハム、ナチュラルチーズ、コールスロー、  
スモークサーモンなどで食中毒が起きているよ。  
加熱しないで食べる食品に多いね。

食品がリステリアに汚染されていた場合、冷蔵庫の中  
でもリステリアが増える危険性があるんだよ。  
長期間冷蔵保存する場合は、注意して欲しいな。



予防するにはどうすれば  
いいの？



## 予 防 の ポ イ ン ト

- ・ 冷蔵庫に入れたからと安心せず、開封後は速やかに食べること
- ・ 表示されている保存方法、賞味期限や消費期限を守ること
- ・ 生野菜や果物は、よく洗ってから食べる
- ・ 加熱して食べる食品は、食べる前に十分加熱すること
- ・ 妊婦や乳幼児、高齢者、免疫力が低下している人は、汚染の可能性の高い食品をできるだけ食べないようにすること

食品衛生法により、ナチュラルチーズ及び生ハムなどの非加熱食肉製品については、リステリアの基準値が設定されています。

神奈川県でも、安全性確保のため、抜き取り検査を行っています。

【リステリアの基準値：1g 当たり、100cfu 以下でなければならない】※cfu=菌量の単位