

第39回 夏の胃腸炎について

夏は冬に多いウイルス性胃腸炎だけでなく、細菌性胃腸炎が多くみられる季節です。高温多湿の環境では細菌が増殖しやすく、食中毒が増えるためです。

主な原因菌には、カンピロバクター（最も多い）、サルモネラ菌、腸炎ビブリオ、病原性大腸菌（O157 など）、黄色ブドウ球菌などがあります。

主な症状は、発熱、腹痛、下痢、吐き気・嘔吐です。

診断は、症状に加え、鶏肉、焼肉、刺身、バーベキュー、作り置き料理などの食事歴も参考にします。

潜伏期間は1～3日程度が一般的ですが、カンピロバクターでは約1週間後に発症することもあります。当院では、カンピロバクターが疑われる場合には迅速検査を行っています。

治療は、水分補給を中心とした対症療法が基本です。脱水を防ぐため、こまめな水分補給や経口補水液の利用が大切です。原因菌や症状によっては、抗菌薬による治療を行う場合があります。

予防のためには、

- ・食品は十分に加熱する
- ・生肉や生魚は低温保存し、早めに食べる
- ・調理前や食事前は手洗いを徹底する
- ・調理器具の洗浄・消毒を行う
- ・作り置きした食品の保存方法や保存期間に注意すること

が大切です。

次のような症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。

- ・38.5℃以上の高熱
- ・血便
- ・強い腹痛
- ・水分が摂れない、尿が少ないなどの脱水症状

また、高齢者、小さなお子さん、妊婦の方、免疫力が低下している方は重症化しやすいため、症状が軽くても早めの受診をおすすめします。

