

# カンピロバクター

## どこにいるの？

家畜、鶏、ペットなどの動物の腸の中

## 何からくるの？

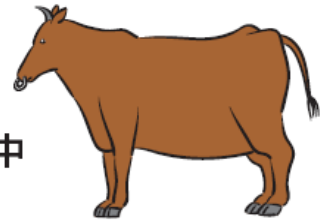
牛肉・豚肉・鶏肉（特に鶏肉とレバー等の内臓肉）  
動物（ペット）のフン  
井戸水、沢水などの生水

## 菌の持ちよう

少量の菌数でも発病することがある  
低温（10℃）でも生きている  
乾燥や熱には弱い

## 症状は？

潜伏期間2～7日  
腹痛、下痢（水様便、血便）  
発熱、頭痛



## 予防ポイント

- ・生肉（レバ刺しやユッケ、牛刺し、鳥刺し等）は食べない  
（菌がついていることがある）
- ・調理ではしっかり火を通す  
（加熱により菌を殺す）
- ・生肉をさわった手はすぐに石けんで洗う  
（手指からの汚染を防ぐ）
- ・調理で使ったまな板や包丁を使い分けるか、洗浄・消毒する  
（二次汚染を防ぐ）
- ・殺菌していない生水を飲まない  
（動物からのフン汚染をうけていることがある）
- ・焼肉のとき、取りばしを使い、生の肉汁がつかない工夫をする  
（生で食べているのと同じこと）