



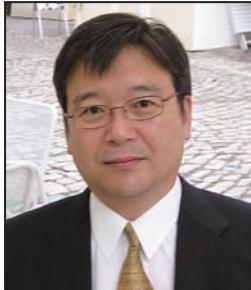
# 健康百話

～今回は岡山大学大学院環境生命科学研究科の津田先生にお話を伺いました。～

## 講師紹介

岡山大学大学院  
環境生命科学研究科  
教授(医学博士)

**津田 敏秀 先生**  
(つだ としひで)



### プロフィール

昭和60年3月 岡山大学医学部卒業  
平成元年3月 岡山大学大学院医学研究科修了 医学博士  
平成13年4月 岡山大学大学院医歯学総合研究科講師  
平成17年4月 岡山大学大学院環境学研究科教授  
平成24年4月 岡山大学大学院環境生命科学研究科教授



### 岡山大学病院

住所 :〒700-8558 岡山県岡山市北区鹿田町 2-5-1  
電話 : 086-223-7151(代表)  
ホームページ : <http://www.hsc.okayama-u.ac.jp/hos/>

## キレイキレイ 泡ハンドソープ

家族みんなで  
手洗い習慣!

殺菌成分(IPMP)配合で  
バイ菌から手肌を守る、  
泡で出るハンドソープ。  
きめ細かな泡がすみずみの

汚れまで捉えて  
しっかりと落とします。

※IPMP:イソプロピルメチルフェノール



健康  
情報!

## 食中毒の潜伏期間

病気の原因は分かっているものも結構あります。病気の原因の物質(病因物質)は、呼吸や皮膚から、あるいは飲食などで人間の身体に入ります。飲食で起こる病気が食中毒症であり、原因を食べた時から、病気の症状が発症するまでの期間は潜伏期間と呼ばれます。

最も短い潜伏期間を持つ食中毒症は、青酸カリやヒ素、有機リンなどの金属・化学物質です。食中毒症は食べ物が腐るイメージがありますが、化学物質も食中毒を引き起こします。銅メッキの古い水筒やヤカンに入れた酸性の飲み物に銅が溶け出して食中毒症が起きます。ふぐ中毒は動物性の食中毒症の代表格、毒キノコによる食中毒は植物性の食中毒症の代表格です。

これらの毒物による食中毒症は、食べて数十秒から1時間以内に症状が出ることが多く、熱を通しても無くなりません。一方、私たちが一般に食中毒症と考えている細菌やウイルスによる食中毒症は、食べてからすぐに症状が出ません。皮膚や鼻の粘膜に繁殖しやすくケガや手荒れでの化膿で増殖しやすい細菌の黄色ブドウ球菌の毒素による食中毒は、細菌やウイルスによる食中毒症で最短の潜伏期間を持ち、3~6時間ぐらいで食後に起きます。従って、一緒に食事をしている最中に複数人に異変が起った場合は、細菌やウイルスによるものではないと考えるべきでしょう。なぜなら黄色ブドウ球菌の最短時間でも3時間ですので、通常もう食卓を離れているからです。

夏は細菌増殖による食中毒が多い一方、冬はノロウイルスによる食中毒が多くなります。ノロウイルスの潜伏期間は、だいたい1-2日です。カキなどの二枚貝を生で食べることにより引き起こされ、嘔吐物などで直接感染することもあり、結婚式・試験など重要な予定がある方は、「生食用」でも生食は控えた方が良いと思います。潜伏期間が長い食中毒症には、A型肝炎ウイルスの1-2ヶ月から発がん物質による年余のものまであります。この時には潜伏期間は最短時間と平均時間との間にかなりの時間差が生じます。病気の潜伏期間で考えると、病原菌の増殖や感染のことを考えたり、食中毒の原因や予防方法を探ったりする時などに、また異なった視点で食中毒症を見る能够であるのではないでしょうか。