

## 2분기 위생 · 영양 · 식생활 교육 (교직원, 학부모)

### 여름철 병원성대장균 식중독 예방요령

요즘 여름같은 한낮 기온에 식중독 위험수치가 비상인데요. 일찍 찾아온 더위로 병원성대장균 식중독 발생위험이 높아지면서 음식물의 조리과 보관, 섭취에 각별한 주의가 필요합니다.

### 병원성대장균 식중독이란?

병원성대장균 식중독은 고온·다습한 여름에 주로 발생하는데요. 분변에 오염된 물, 오염된 용수로 세척한 채소, 도축과정에서 오염된 육류 등을 통해 이뤄집니다.

특히 분변과 축산 폐수 등에 오염된 지하수, 하천수를 사용하여 채소를 재배하면 채소가 병원성대장균에 오염될 수 있는 만큼 주의가 필요합니다. 또 최근 병원성대장균 식중독은 이른 더위 등 기후 변화에 따라 해마다 증가하는 추세입니다. 식약처 조사에 따르면 최근 5년간 **여름철(6~8월) 평균 병원성대장균 발생건수 및 환자수**는 2013년 17건, 656명 → 2014년 17건, 418명 → 2015년 23건, 1,676명 → 2016년 32건, 2,281명 → 2017년 30건, 1,832명으로 나타났습니다.

### 병원성대장균 식중독 증상은?

그렇다면 병원성대장균 식중독 증상에는 무엇이 있을까요? 대표적인 증상으로는 묽은 설사와 복통 구토, 피로와 탈수 등이 있습니다.



### 병원성대장균 식중독 원인 식품은?

식약처 조사에 따르면 최근 5년간 병원성대장균 식중독 원인 식품은 환자수 기준 김치와 같은 생채소가 34%로 가장 높았으며, 이어 육류가 16%, 김밥 등복합조리 식품이 3%로 알려졌습니다.



채소의 경우, 병원성대장균에 오염된 상추와 부추, 오이 등을 깨끗한 물로 세척하지 않고 세척했어도 상온에 장시간 방치한 후 섭취함에 따라 병원성대장균 식중독이 발생한 것으로 추정되고 있습니다.

### 대장균식중독 예방 방법은?

1. 조리할 때는 손씻기
2. 닭 등 가금류와 수산물, 육류 등을 세척할 시에는 주변에 날로 섭취하는 채소, 과일 등에 물이 튀지 않도록 주의하고, 칼·도마도 교차 오염을 방지
3. 채소류는 염소 소독액(가정에서는 식초 사용 가능) 등으로 5분이상 담근 후 물로 3회이상 세척, 절단 작업은 반드시 세척 후에 실시. 세척 소독된 채소 등 식재료를 상온에 2시간 이상 방치 금지
4. 육류와 가금류, 계란 및 수산물은 내부까지 익도록 충분히 가열 조리, 조리된 음식은 상온에 방치하지 말고 2시간 이내에 섭취



‘손씻기, 익혀먹기, 끓여먹기’ 식중독 예방 3대 요령을 준수하며, 냉장고 소독, 음식물의 조리·보관 등 위생적 취급에 각별히 주의하세요

[출처]여름철 병원성대장균 식중독, 주의하세요!

|작성자식약지킴이