



ここ最近で、急激に冷え込み寒くなりましたね。皆様、体調は崩されていませんか？
今回のニュースは333号と3が3つ並びました。前回数字が3つ並んだ222号は9年前の2008年8月に発行されたニュースでした。いつもアーテック倶楽部ニュースを読んで頂いている皆様のおかげで、本当に長い間続けてくることが出来ました。本当にありがとうございます。これからも、皆様のお役に立てるニュースを目指してがんばっていきますので、応援よろしくお願い致します！

★★★ ギランバレー症候群 ★★★

331号のニュースでO-157発症後、後遺症が残ってしまった事例をご紹介いたしました。会員の方より、他の食中毒でも後遺症が残ることがあるのですか？とご質問を頂きましたので、今回は、食中毒の後遺症として一番有名な「ギランバレー症候群」についていろいろ調べてみました！

■発症

鶏肉を介して発症することが多いカンピロバクター食中毒は、国内でノロウイルスについて発症数の多い食中毒です。このカンピロバクター食中毒を発症した患者のうち稀に「ギランバレー症候群」を発症する事があるそうです。発症の頻度はカンピロバクター患者1000名あたり1名程度と非常に低いものの、腸炎が完治してから1週間から3週間程経過した後に発症するため、腸炎が完治した後も注意を払う必要があるものと思われまます。

■症状は??

まず、両足に「力が入らない(筋力低下)」や「しびれる(異常感覚)」などの症状で発症します。筋力の低下は急速に上方へ進行し、足全体や腕にもおよび、歩行時につまずく、階段を昇がれない(運動まひ)に至ることがあります。さらに、顔の筋肉が麻痺する、食べ物が飲み込みにくい、声が出にくい、物が二重に見える、呼吸が苦しいなどの症状も起こることもあります。これらの症状はピークに達するまでは急速に悪化し、時には人工呼吸器が必要となることもあります。症状が軽い場合は自然に回復することもあります。多くの場合は入院により適切な治療を必要とします。



■まとめ

厚生労働省の調査によると、市販されているカット鶏肉の60%以上がカンピロバクターに汚染されているとの事です。食中毒になってもいいやと、鶏のたたきを食べて、カンピロバクターを発症し、そこからギランバレー症候群になってしまった男性の例なども報告されています。

食中毒ぐらいと軽く考えず、鶏肉を扱う際は交差汚染に気をつけ、そして必ず85度以上1分間の加熱を行いましょう！

—— 出典:厚生労働省HP ——



自慢のレシピ! ◆魚の山椒味噌マヨ焼き◆ 本日は病院様から頂いた自慢のレシピです。

～材料～(1人分)

・カレイ(骨なし) …… 70g

A

・白味噌 …… 5g

・マヨネーズ …… 8g

・醤油 …… 2g

・粉山椒 …… 少々

① Aを混ぜ、山椒味噌マヨを作ります。

② カレイに①のをせます。

③ スチームコンベクションオープンでコンビ180度で10分焼きます。

【コメント】

淡白な魚に味噌マヨを載せて焼く事でとても食べやすくなります。
味噌マヨに山椒を加える事で風味も良くなります。

