



森田医院通信

Vol.51

2022年7月14日

食中毒の対策はしていますか？

暑くなると食中毒の対策が重要になってきます。新型コロナウイルスのため自宅にいる時間が長くなり、家で食事を作ったり食べたりする機会が増えている方もいらっしゃると思います。今回は、今からの季節で重要となる家庭での食中毒の予防について見直しておきましょう。

細菌性の食中毒は梅雨時から9月頃までの高温多湿な時期に多く発生します。

食中毒を起こす細菌が増殖しても食品の外観・味・匂いなどは変わらないことが多く、予防が重要になります。

食中毒の典型的な症状： 激しい腹痛・下痢・嘔吐・発熱 など。

食中毒の経過： 軽症では自然軽快しますが、重症化すると死亡することもあります。

政府が勧めている食中毒を防ぐ6つのポイント（要約整理しています）

- (1) 買い物（消費期限の確認。生鮮品は最後に購入し寄り道しないで帰る
肉や魚の汁が他の食品につかないようにする）
- (2) 家庭での保存（冷蔵冷凍品は家に帰ったらすぐに冷蔵庫に入れる。
肉魚卵などは取り扱う前後に手を洗う。
冷蔵庫は10度以下、冷凍庫は-15度以下に保つ）
- (3) 料理の準備（調理前に石鹸で手を洗う。野菜などは流水でしっかり洗う
解凍は自然解凍はせず冷蔵庫や電子レンジで解凍する。
使用後の料理用具はしっかり洗い殺菌する。）
- (4) 調理（肉や魚は十分に加熱する（中心部が75度以上で1分以上が目安））
- (5) 食事（食前食後に手を洗う）
- (6) 残り物（清潔な容器で保存。
時間がたったものは思い切って処分）



今からの季節は食中毒が起こりやすくなります。自宅で料理をしたり食事をする方はしっかり食中毒の予防を心がけるようにしましょう。

ニュース 感染性胃腸炎が増加傾向



最近感染性胃腸炎が増加傾向にあるようです。国立感染症研究所の発表では、絶対数は例年に比べると少ないですが、夏に向けて徐々に報告が増えています。

通常感染性胃腸炎は冬場に多くなり夏場には減少傾向となりますが、今年は新型コロナウイルスの影響もあり生活スタイルの変化が影響しているのかもしれませんが、普段から手洗いなど清潔を心掛け感染性胃腸炎の予防に努めるようにしましょう。

糖尿病ってどんな病気？その40 GLP-1ダイエットにご注意ください

2型糖尿病の治療薬、GLP-1受容体作動薬はインスリン分泌促進作用の他、食欲を抑止する働きがあり体重増加をきたしにくいことが知られています。

最近、自由診療で美容や減量の目的で同薬が処方されているというニュースがあり、日本糖尿病学会が見解を発表しました。GLP-1受容体作動薬は海外で肥満の補助療法に使用されていますが、日本人で有効性を示した研究結果はなく（現在進行中の研究はあり）2型糖尿病以外の適応外使用を控えるように呼び掛けています。

肥満を有する2型糖尿病の方に使用した場合、栄養管理を行いながら使用すると確かに体重が減りやすい傾向がありますが、必ずしも減るわけではありません。血糖値を下げるとその分が身につき肥えやすくなるため、適切な食事量を維持しながら食欲をコントロールすることが大切です。単純に減量を目的としてGLP-1受容体作動薬使用した場合の日本人への影響はわからないことが多く注意が必要です。



お知らせ

- ① 7月から小売業のレジ袋の有料化が義務化されたのに伴い、当院でも持ち帰り物品のある方に無料配布していたレジ袋を廃止していく方針です。お持ち帰りの物品がある方は、マイバック持参をお願いします。
- ② 2020年8月14日（金）及び15日（土）はお盆休みとさせていただきます。木曜日（13日）は休診日の為、診療は8月12日水曜日まで、及び17日月曜日からになります。
- ③ 診察の順番取得について、待ち時間短縮と混雑解消のため、再診の方に関しては当院ホームページから順番を取れるように変更を行いましたのでご利用ください。
- ④ 現金授受の削減、精算の円滑化の為、クレジットカード及び交通系電子マネー（ICOCAなど（PITAPAは不可））でのお支払いに対応しましたのでご利用ください。
- ⑤ 院内感染抑止の為、熱・咳痰・嘔吐下痢などの感染症状がある患者様は先にお電話でご相談下さい。他の患者様と時間をずらし診察時間帯の最後に診察させていただきます。ご連絡なく来院され、隔離スペースが確保できない場合は院外でお待ちいただくことがあります。現在は感染症が疑われる患者様の喉の診察・インフルエンザ迅速検査・エックス線検査は行っておりません。定期受診の患者様には、できるだけ診察時間帯の最後を避け早めの時間帯の来院をお願いします。
- ⑥ 皮膚科診療に関し、当院は日常的に多い皮膚のトラブルに対応するため皮膚科を標榜（看板等の表示等）し診療を行ってまいりました。しかし医学の進歩や社会の変化もあり、複数診療科の維持が困難になっていること、患者様のご希望や受診様式が変化し当院で対応困難な内容が増えていることなどから総合的に判断し、皮膚科の標榜を期間をおいて取り下げる方針です。現在当院で行っている診療内容や日常的な皮膚のトラブルの対応は今後も可能ですので、当院への通院を希望される患者様は引き続きこれまで通り診療を受けていただくことが可能です。皮膚科専門医療機関での診療を希望される患者様には専門外来を紹介させていただきます。

ご迷惑をおかけしますがご理解ご協力お願い申し上げます。

医療法人
森田医院

所在地：大阪府寝屋川市八坂町6-23 電話：072-821-0446
ホームページ：<https://www.moritaclinic.or.jp>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日 祝
9時-12時30分	○	○	○	-	○	○	-
17時-19時30分	○	○	○	-	○	-	-



※受付時間 午前 08:30 ~ 12:30 午後 16:30 ~ 19:30
午前は8時30分、午後は16時30分に解錠し受付を開始します。