



소비자 안심을 위한

컨슈머 뉴스레터

2020.7.3.(금) Vol.4 / issue 100

장출혈성 대장균 식중독 예방법을 알려드립니다.



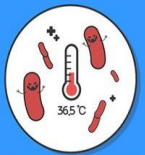
Q 장출혈성 대장균이 무엇인가요?

장출혈성 대장균은 시가독소 등 치명적인 독소를 생성하는 병원성대장균으로, 심한 경련성 복통, 혈변 등 식중독을 유발합니다. 대표적인 장출혈성 대장균은 대장균 O157이 있습니다.

장출혈성대장균의 주요 특징



산소 없이도 생존해요.



체내온도 36.5°C에서 활발히 증식해요.

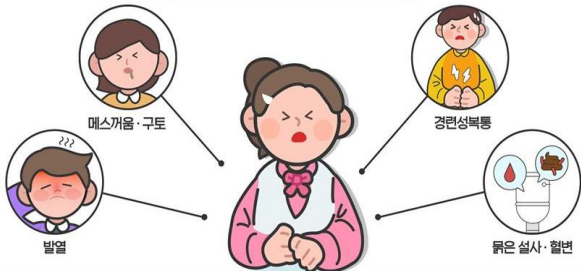


산성에 강해요. (pH2~4에서 생존)



치명적인 독소를 만들어요.

장출혈성대장균 감염 증상



5~7일간 증상이 지속된 후 저절로 호전되지만, 심각한 경우 용혈성요독증후군 증상이 나타날 수 있어요.

용혈성 요독증후군이란?

독소가 몸에 퍼져 적혈구를 파괴하고, 신장 기능 저하로 혈중에 독이 쌓이면서 발생하는 질병



혈변, 혈뇨, 소변량 감소



용혈성빈혈, 혈소판 감소, 급성신부전

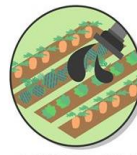


근수, 마비, 부종, 복수 등

장출혈성대장균 감염 주요 원인식품



충분히 익히지 않은 소고기 및 가공품 (특히, 분쇄가공육제품)



오염된 물로 재배된 채소와 과일



보균자에 의해 조리된 식품 (샌드위치, 도사락 등)

! 여기서 잠깐!

이미 오염된 식재료, 기구, 조리자와의 접촉으로 인하여 교차오염이 발생할 수 있어요!



조리하는 사람이 손을 제대로 씻지 않았을 경우



식재료의 종류·상태에 구분없이 조리도구를 함께 사용할 경우



조리된 음식과 식재료를 함께 보관할 경우

장출혈성대장균 식중독 예방 요령



조리 및 식사 전 30초 이상 손 씻기



식재료 음식별로 밀폐용기에 담아 분리 보관



충분히 익혀서 섭취하기
육류는 중심부 온도 75°C, 1분 이상 가열



채소류는 소독액에 5분 이상 담고 흐르는 물에 3회 이상 세척



칼·도마는 용도별로 구분 사용하고 조리도구 사용 후 세척·열탕 처리



식품의약품안전처