

클로스트리디움 퍼프린젠스 식중독 예방법



주요원인

제대로 익히지 않았거나 상온에 방치하면 포자가 균으로 자라게 됨

예방법

1

신선한 재료로
조금씩 신속하게
조리 후 섭취



2

조리된 음식을
바로 식혀 보관



3

음식물은
조금씩 덜어서 보관

*대량 보관 시 공기가 없어서 포자가 더 잘 자람



4

반드시 냉장 5°C 또는
보온 57°C 저장

*상온 방치시 식중독 위험



클로스트리디움 퍼프린젠스 주의 정보

◆ 클로스트리디움 퍼프린젠스 란?

장독소에 의해 급성 위장염을 일으키는 식중독균으로 혐기성 조건에서 포자발아시 독소 생성

◆ 클로스트리디움 퍼프린젠스의 특징

- √ 산소가 없는 약간의 고온(43~47°C)에서 잘 자라는 혐기성 세균
- √ 자연환경, 사람과 동물의 장, 분변 및 식품에 널리 분포
- √ 열에 약해 75°C 이상에서 사멸되나, 혐기적 조건(많은 양의 음식 조리후 방치)에서 살아 남은 포자가 다시 증식하여 식중독을 유발

◆ 주요 원인 : 식품



- √ 덜 익힌 육류, 비살균 유제품, 상온에 방치한 조리식품 등 섭취한 경우
- *포자는 상온에서 생존하며, 상온보관 또는 부적절한 가열시 균이 증식함
- √ 대량으로 조리한 음식을 부적절한 온도로 보관할 경우 균 증식으로 발생 가능

◆ 주요 증상 : 복통, 설사

- √ 오염된 음식을 섭취한 후 6~24시간 내에 메스꺼움, 복통, 설사 증상이 나타남
- 사람간 전파는 거의 되지 않음

◆ 클로스트리디움 퍼프린젠스 식중독 예방법

	음식은 식혀서 소량씩 용기에 넣어 보관		신선한 재료로 조금씩 신속하게 조리후 섭취
	남기지 않도록 필요 섭취량만 조리		육류 중심온도 75°C 1분이상 조리

병원성 대장균 식중독 예방법



주요원인

고온·다습으로 생채소, 육류에 있던 세균이 급격히 증식우려

예방법

1

생으로 섭취하는
채소·과일은
세척·소독 후 사용



2

세척한 식재료는
바로 조리 또는
냉장보관!



3

육류는
완전히 익혀먹기
(중심 온도 75°C,
1분 이상 가열)



4

조리 및 식사 전
30초 이상 손씻기 등
개인위생 관리 철저



5

생고기 등 오염가능성이
있는 식재료와 조리된 음식을
구분하여 보관



6

위생적인 조리기구 관리로
2차 오염방지

*칼, 도마 구분사용 및 사용 후 세척, 열탕처리



병원성대장균 식중독 주의 정보


◆ 병원성대장균이란?

식중독의 주요 원인균으로 장출혈성대장균, 장독소형대장균, 장침입성대장균, 장병원성대장균, 장흡착성대장균으로 분류되며 급성 위장염을 일으킴

◆ 병원성대장균의 특징

- √ 성장가능온도 7~46°C (최적온도 35~40°C)
- √ 호기성, 혐기성 상태에서 모두 성장 가능
- √ 어린이부터 노인까지 모든 연령이 감염 가능

◆ 주요 원인 : 식품



√ 광범위하게 분포하기 때문에 환자와 보균자의 분변으로부터 직·간접적으로 오염되는 식품

* 덜 익힌 오염된 쇠고기 분쇄육, 오염된 시금치·상추 등의 생채소, 샐러드, 과일, 유제품, 보균자에 의해 조리된 식품(도시락, 샌드위치) 등

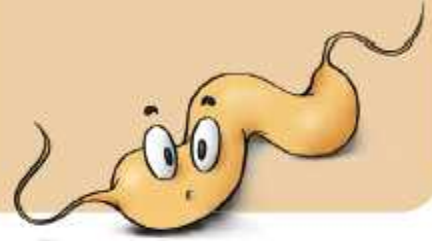
◆ 주요 증상 : 복통, 설사

√ 병원성대장균의 섭취로부터 처음 증상이 나타나기까지 약 1~10일이 걸리며, 열, 복통, 구토, 설사 등의 증상이 나타남

◆ 병원성대장균 식중독 예방법

	생으로 섭취하는 채소과일은 세척·소독 후 사용		세척한 식재료는 바로 조리 또는 냉장보관
	음식물은 완전히 익혀먹기(75°C, 1분이상 가열)		조리 및 식사 전 30초 이상 손씻기 등 개인위생관리 철저
	생고기 등 오염 가능성이 있는 식재료와 조리된 음식을 구분 보관		위생적인 조리기구 관리로 2차 오염 방지

캠필로박터 제주니 식중독 예방법



주요원인

생닭 세척, 손질시 식재료 및 조리도구 혼합사용으로 세균증식

예방법

1

생닭 취급 후
반드시 **손씻기**



2

생닭 취급 시
교차오염 주의

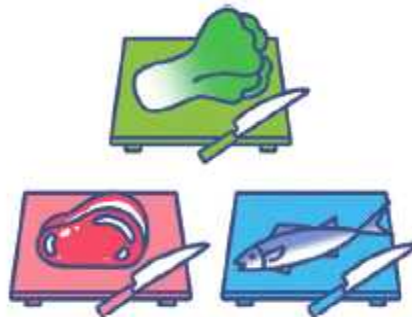
* 세척수가 주변 시설환경에
튀지 않도록 주의



3

식재료별 조리도구
구분 사용

* 채소용/육류용/어류용 등
구분 사용



캠필로박터 제주니 식중독 주의 정보


◆ 캠필로박터 제주니 식중독이란?

캠필로박터 제주니는 닭고기에서 빈번하게 검출 균으로 식중독 유발 가능성이 높으며 복날이 포함되어있는 여름철에 많이 발생함

◆ 캠필로박터 제주니의 특징

- √ 닭, 소, 오리 등 동물 내장에 존재
- √ 37~42°C에서 증식 활발, 4°C 냉장상태나 동결 상태에서는 장기간 생존 가능
- √ 70°C 온도에서 1분 만에 사멸

◆ 주요 원인 : 식품



√ 덜 익힌 육류(특히 가금류), 비살균 유제품, 오염된 물 또는 음식을 섭취하여 감염됨
* 생닭 세척 시 주변 채소나 조리도구에 교차오염을 일으켜 발생

◆ 주요 증상 : 설사, 발열

- √ 발열, 권태감이 설사 1~2일 전부터 발현 할 수 있음
- √ 설사, 혈변, 복통, 권태감, 발열, 오심, 구토 등의 증상이 일주일까지 지속

◆ 캠필로박터 제주니 식중독 예방법

	장 볼 때 조리 전 생닭과 식재료가 닿지 않도록 주의		생닭을 냉장고 보관 시 밀폐용기에 넣어 맨 아래칸 보관
	생닭세척시 튀긴 물이 생으로 섭취하는 음식에 튀지 않도록 주의		생닭 취급 후에 반드시 손 씻기
	식재료별 조리도구(칼·도마 등)를 채소용/육류용/어류용 등으로 구분사용		닭의 중심온도 75°C에서 1분 이상 가열하여 섭취

노로바이러스 식중독 예방법



주요원인

10개 입자만으로도 감염되며 오염된 손으로 만진 문고리에서도 감염가능

예방법

1

비누를 사용하여
30초 손씻기



2

물
끓여 마시기



3

채소, 과일은
깨끗한 물로
세척하기



4

어패류는 생식을 삼가하고
중심온도 85℃, 1분 이상
가열하기



5

조리도구는
끓이거나 소독하기



6

주변환경
청결히 하기



노로바이러스 식중독 예방법



◆ 노로바이러스란?

급성 위장염을 일으키는 전염성이 강한 바이러스로 최근 계절과 관계없이 발생하며 주로 집단급식소에서 발생

◆ 노로바이러스의 특징

- √ 잠복기간은 평균 1~2일
- √ 영하(-20°C)에서도 오래 생존
- √ 소량(10개)으로도 발병 가능성
- √ 구토물, 분변 1g당 1억개의 노로바이러스가 존재

◆ 주요 원인 : 식품, 감염

 식품	오염된 물로 씻은 채소류 및 과일류, 오염된 어패류와 물을 섭취한 경우
 감염	구토물에 오염된 손으로 만진 문고리, 계단 난간 등을 통해서 전염 가능

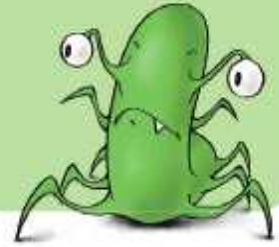
◆ 주요 증상 : 설사, 구토, 두통, 복통

- √ 감염 후 24~48시간 내에 메스꺼움, 구토, 설사, 복통이 나타나며 때로는 두통, 오한 및 근육통을 유발하기도 함
- √ 통상 3일 이내 회복되나 1주간 분변으로 바이러스 계속 배출
- √ 어린이, 노인, 면역이 떨어지는 환자의 경우 구토와 설사로 인한 심한 탈수증세가 나타날 수 있음

◆ 노로바이러스 식중독 예방법

 1	흐르는 물에 비누를 사용하여 30초 이상 손씻기	 2	어패류는 수돗물로 세척하고 중심온도 85°C, 1분 이상 가열하기
 3	물 끓여 마시기	 4	채소과일은 깨끗한 물로 3회 이상 세척 소독하기
 5	조리도구는 열탕소독하거나 염소 소독하기	 6	주변환경 청결히 하기
 7	화장실에서 용변 후 변기 뚜껑 꼭 닫고 물내리기		

살모넬라 식중독 예방법



주요원인

계란, 육류, 가금류 등 제대로 익히지 않았거나 세척·손질 시 식재료 조리기구 등으로 세균 증식

예방법

1

신선한 식품
(계란, 닭고기 등)
구입하기



2

충분히
익혀서 섭취하기
(중심온도 75°C, 1분 이상)



3

조리식품은
가급적 빠른시간
내 섭취하기



4

생닭을 만진 후,
흐르는 물에 비누로
30초 이상 손씻기



5

조리 기구
세척·소독으로
교차오염 방지하기



살모넬라 식중독 주의 정보

◆ 살모넬라 식중독이란?

자연계에 널리 퍼져있는 식중독균으로 살모넬라균의 감염에 의한 급성위장관염

◆ 살모넬라의 특징

- ✓ 최적 성장온도는 37°C로 사람 체온과 유사하여 장내 증식이 용이
- ✓ 낮은 온도에서도 생존은 가능하나 냉장보관 시 생육이 억제됨
- ✓ 모든 연령이 쉽게 감염되나 노약자, 유아 등이 높은 발생률을 보임

◆ 주요 원인 : 식품



- ✓ 오염된 계란 및 오염된 계란으로 만든 가공식품, 감염된 동물로부터 생산된 고기,
- ✓ 살모넬라균에 오염된 조리도구를 세척하지 않고 사용한 경우(교차오염)

◆ 주요 증상 : 복통, 설사

- ✓ 잠복기는 6~72시간(대부분12~36시간)
- ✓ 발열, 두통, 오심, 구토, 복통, 설사 등의 위장증상이 수일에서 일주일까지 지속

◆ 살모넬라 식중독 예방법

	<p>신선한 식품(계란, 육류 등) 구입 - 난각일자 확인</p>		<p>충분히 익혀서 섭취 (육류 중심온도 75°C, 1분 이상 가열)</p>
	<p>조리식품은 가급적 빠른 시간 내 섭취하고, 즉시 섭취하지 않을 경우 5°C 이하 냉장보관</p>		<p>칼도마를 통한 교차오염 주의 - 사용한 조리기구에는 충분한 세척</p>