

여름철에 가장 많이 발생하는

병원성 대장균 식중독 주의 요령

여름철엔
더욱 조심!



Pathogenic E. coli

병원성 대장균이란?

동물의 장내에 서식하는 대장균 중 일부 장세포에 침입하거나 독소를 생성하여 병원성을 나타내는 균으로 오염된 육류, 생채소 등에 의해 식중독에 걸릴 수 있어 주의 필요

< 대표 증상 >



tip!

장출혈대장균 O157:H7 감염된 경우
출혈성 대장염 증상 발생

주의 요령 ①

생으로 섭취하는 채소·과일은 소독·세척 후 사용



깨끗이 씻고 염소 소독액(100ppm)에 5분간 담근 후
흐르는 물에 2~3회 이상 세척

tip!

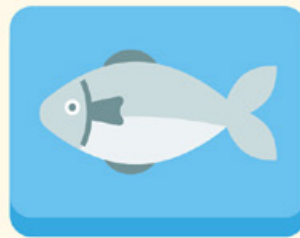
100ppm:4% 염소소독액 400배 희석

주의 요령 ②

육류, 생선, 채소·과일용
칼·도마는 구분사용



육류



생선



채소·과일

tip!

음식을 조리할 때 식재료에 묻어있는
식중독균에 의해 교차오염이 발생하지 않도록
칼·도마 구분사용

주의 요령 3

세척한 식재료는 바로 조리 또는 냉장보관



실온 방치 시 세균 증식

tip!

조리한 음식은 가능한 2시간 이내 섭취,
바로 먹을 수 없으면 냉장보관

주의 요령 4

육류 등은 중심온도 75°C, 1분 이상
익혀먹기



어패류는 중심온도 85°C,
1분 이상 익히기

tip!

특히 다짐육을 이용한 음식 조리 시
속까지 완전히 익혔는지 확인하기

주의 요령 5

생고기 등 오염 가능성이 있는 식재료와
조리된 음식은 구분 보관



tip!

생고기, 식재료는 냉장고 아래 칸,
조리된 음식은 위 칸에 보관



세균이 번식하기 쉬운 여름철! 식중독 주의요령 실천하세요~

