

# 살모넬라 식중독, 이렇게 예방하세요!

9월 가정통신문

위생  
가정통신문



여름철 낮 최고온도가 30℃ 이상 지속되는 기간에는 살모넬라 식중독 발생 위험이 높아지므로 달걀, 알가공품, 가금류 등 식재료 취급·보관관리에 각별한 주의가 필요합니다.

## 1 살모넬라란?

- 자연계에 널리 퍼져있는 식중독균
- 생존력이 매우 강해 분변, 하수, 토양, 건조한 환경 및 냉장고 안에서 장기간 생존 가능 (냉장고 안 버터에서도 720일 이상 살아있음)



## 2 감염 경로



감염된 동물의 고기와 가공품 섭취



감염된 사람과 동물의 분변에 오염된 물, 토양에 노출



충분히 가열하지 않은 식품 섭취  
(달걀, 우유, 유제품, 육류, 가금류 및 가공품, 도시락 등)



달걀 및 동물 접촉 후 손을 씻지 않고  
음식을 먹거나 얼굴을 만질 경우

## 3 식중독 증상

- 잠복기 12~36시간 후 증상이 나타남



설사



복통



구토



발열

## 4 살모넬라 식중독 예방 방법



달걀 만진 후



동물 만진 후  
(고양이, 개, 거북이 등)



조리 전·후



화장실 사용 후



30초 이상  
손 세정제로  
손씻기!



신선한 달걀, 가금류,  
육류를 구입하고  
운반·보관 시 냉장 보관  
(실온 방치 시 세균 증식)



생달걀,  
살균되지 않은  
우유 먹지 않기



모든 육류, 가금류,  
달걀 등은  
완전히 익혀 먹기  
(중심온도 75°C에서  
1분 이상)



조리도구는  
용도별로 구분 사용  
(어류, 육류, 채소류)



조리도구는 사용 후  
깨끗이  
세척·소독하기  
(2차 오염 예방)



조리된 식품은 가급적  
빠른 시간에 섭취  
(즉시 섭취하지 않을 경우  
냉장보관하여  
식중독균 증식 억제)

출처 - 식품의약품안전처 식품안전나라

