

くすりと健康のはなし

薬包紙

第84回



一般社団法人岐阜県薬剤師会
 ぎふ薬事情報センター委員

杉浦 智彦

キャップの開閉が可能で、持ち運びが容易なペットボトル。これから暑くなる季節、屋外や仕事場での水分補給に便利なものです。炭酸飲料や果実飲料、お茶やコーヒー、ミネラルウォーターなど、さまざまなペットボトル飲料を利用される方が多いと思います。

ただ、身近なものであるからこそ、「そのような飲み方をしていて大丈夫ですか？」と心配してしまうことがあります。それは開栓後の取り扱いです。

一度開栓したペットボトル飲料は、その中で細菌等の微生物が増殖することが知られています。たとえば、外観やにおいなどの変化がなくても、細菌等は増殖しています。

人間の口の中には、多くの細菌等があります。そのため、口をつけてペットボトル飲料を飲んだ場合、細菌等が飲料中に入って増殖します。また、空気中にも浮遊している細菌等がありますので、口をつけなくても一度開栓すると、空気中の細菌等がペットボトルに入って増殖します。

ペットボトル飲料について

常温での保存と比較すれば冷蔵保存は、ペットボトル飲料を開栓し、口をつけた後の細菌等の増殖を抑制する効果があります。ただ、冷蔵保存したのも、細菌等が増殖しないわけではありません。

飲料の種類別では、糖分の多いペットボトル飲料は、細菌等がその糖分を栄養として増殖しやすいという試験結果があります。

細菌等が増殖してしまうと、通常と違う味やにおいがすることや濁ったり、成分が分離することがありますし、容器が膨らんでしまうこともあります。外観やにおいに変化がなくても、細菌等が増殖している可能性があることは知っておく必要があります。

ペットボトル飲料は、できるだけ一度で飲みきることが良いでしょう。もし何度かに分けて飲む場合は、口をつけずにコップに注いで飲むようにすることが良いでしょう。コップに移して飲んだ場合でも、残りは冷蔵庫に入れて早めに飲み終えるようにしましょう。