

保健通信

平成26年1月20日
益田翔陽高等学校 保健室

感染性胃腸炎が流行！！

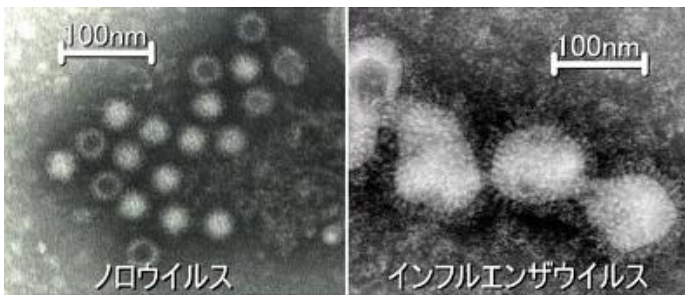
冬の食中毒注意報発令

12月に島根県でも冬の食中毒注意報が発表され、お知らせしておりましたが、先日の NHK ニュースで浜松市の公立小中学校の多くで、急激に下痢や嘔吐で欠席者が増加し、検査をしたところノロウイルスが検出されました。多くの学校で学校閉鎖や学級閉鎖の処置がとられました。

ノロウイルスは、とても小さなウィルスで、感染力が非常に強く、わずかにウィルスが付着しているだけで、食品、人、床、ドアノブなどを介して、様々なところから感染します。

これだけは知っておきたい ノロウイルスのこと

ノロウイルスとインフルエンザウィルスの大きさ比較



ノロウイルス

- おう吐（吐くこと）や下痢などの胃腸炎を起こすウイルスです。人の腸の中で増えます。
- ノロウイルスは、感染力がとても強いです。
- 冬の胃腸炎の多くは、ノロウイルスです。

どこから感染する？

- 感染した人が、手をきれいに洗わないで作った料理から。
- タオルやドアなどについたウイルスから。
- 感染した人の吐物（吐いた物）や便のついたおむつや服から。
- 十分に熱を加えていないカキなどの二枚貝から

症状

- 症状は1～3日でよくなりますが、症状がなくなっても2週間くらいは便からウイルスがでます。
- 小さい子どもや高齢者は、症状が重くなることがあります。
- 感染しても、症状が出ない人もいます。

おう吐や下痢が続く時は、
脱水状態にならないよう、水分補給に努めましょう。



感染を予防するために次のことに注意しましょう！

【普段の生活】

- ☆せっけんとうで手をよく洗います。
- ☆食べ物によく熱を加えます。（ノロウイルスは85℃異常が1分間続くと死にます。）
- ☆まな板や包丁などをよく洗います。

【感染の拡大を防ぐために】

- ☆ 吐物や便は乾燥しないうちに処理しましょう。処理する時は、マスク、使い捨て手袋を着用し、処理に使った雑巾やペーパー・手袋はビニール袋などに密封し、処理しましょう。
- ☆ おう吐した周囲やトイレなどは、市販されている塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム濃度 5%程度）を希釈したもの（0.02%）を使って消毒してください。

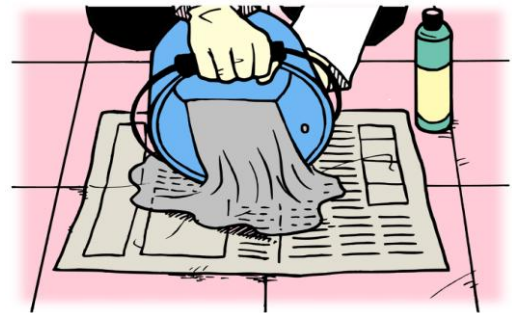
～ペットボトルを用いた消毒液（0.02%）の作り方

2Lのペットボトル1本にキャップ2杯（10m l）

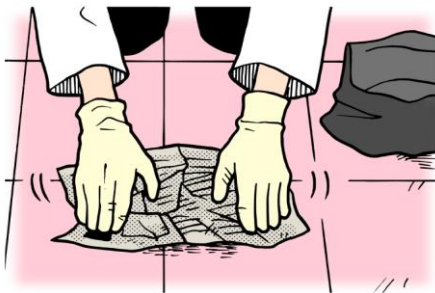
おう吐物の処理について



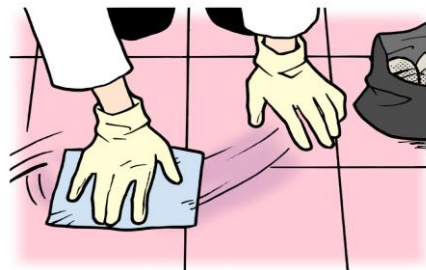
① 準備（マスク・使い捨て手袋・白衣など）



② 覆う（次亜塩素酸ナトリウム液をかけ5～10分おく）



③ 処分（端から中心に向かって）



④ 消毒（次亜塩素酸ナトリウム液でふく）

⑤ 手洗いしっかり