

ホッ と 保 健 室

～冬に流行！！感染性胃腸炎に注意～

ノロウイルスやロタウイルスなどが原因で起こる感染性胃腸炎や、嘔吐下痢症の流行は、気温の下がる 12 月から 2 月頃までにピークを迎えます。

本校でも、12 月に入ってから少しずつ罹患者が出ています。子どもや抵抗力の弱い人では、重症化する可能性もあり、また、吐物をのどにつまらせて死亡するケースもあるので注意が必要です。

《ノロウイルスの症状》



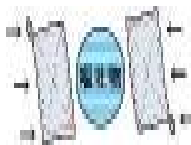
急な嘔吐・腹痛・下痢が主症状です。

微熱や倦怠感を伴うこともあります。お子さんにこのような症状が見られた場合は、早めに医療機関を受診されることをおすすめします。

《吐物・糞便の処理は正しく行いましょう》

感染者の吐物や糞便の中には、1 億～10 億のウイルスがいるといわれています。また、ノロウイルスの感染力は非常に強く、わずか 10 個のウイルスで感染してしまうそうです。患者の吐物や糞便は、正しい方法で確実に処理することが大切です。消毒には塩素系漂白剤（例：ハイター）を用いなければ効果がありません。

処理が終わったら必ず石けんで手洗いをして、換気をしましょう。



①処理する者は、自らが感染してしまわないために、エプロン、マスク、手袋、(メガネ)を身につけます。

②吐物は、雑巾などで「外側から内側」に包み込むようにして拭き取ります。1 度拭いた面で再度拭き取ると汚染が広がるので気をつけましょう。

③拭き取りに使用した雑巾はビニール袋に入れ、布にしみこむ程度の塩素系漂白剤を入れ、袋の口を密閉します。

④吐物がついた場所に、塩素系漂白剤をしみ込ませた布やペーパータオルなどをかぶせ、10 分間ほど放置します。ウイルスの飛散を防ぎます。

⑤処理に使った、ゴム手袋もビニール袋に入れ、汚物同様、密封し処分します。

《衣服の処理について》

※ウイルスに汚染された可能性のある衣服などは、まずマスクと手袋をした上でバケツやたらいなどで水洗いし、更に塩素系消毒剤（例：ハイター）で約 10 分間消毒することをお勧めします。いきなり洗濯機で洗うと、洗濯機がノロウイルスで汚染され、他の衣類にもウイルスが付着してしまいます。

《ノロウイルスを予防しましょう》

①せっけんによる手洗い ※最も有効とされる予防方法です。

特に食事や調理の前後は、石けんをよく泡立てて、「手の平」「手の甲」「指の間」「手首」「爪の間」を 30 秒以上かけて念入りに洗いましょう。

②調理の際の加熱

食品の中心温度 85℃以上で 1 分間以上の加熱を行えば、感染性はなくなるとされています。牡蠣などの二枚貝を調理するときは特に意識しましょう。

③吐物・糞便の正しい処理

ノロウイルスは、非常に感染力が高いため、正しく処理を行わなければあっという間に集団感染を起こします。

