

# 感染性胃腸炎に注意しましょう 食中毒は夏だけではありません!

県内で「感染性胃腸炎」の報告が多い状況が続いています。感染性胃腸炎は年間を通して患者の報告がみられますが、例年患者数は、冬の時期に増加します。最近も、全国的にノロウイルスによる患者の報告が考えられる感染性胃腸炎事例が多く報告されています。流行時期の今、その予防や対策をしっかり行いましょう。

## 感染性胃腸炎とは

主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。



## 原因となるウイルスとは...

ノロウイルス、ロタウイルス、サポウイルス、アデノウイルスなどです。特にロタウイルス、アデノウイルスによる胃腸炎は、乳幼児に多く見られます。

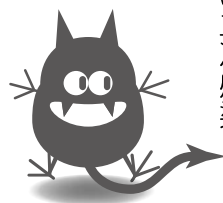
これらの胃腸炎は、症状のある期間が比較的短く、特別な治療法がないことからウイルス検査を行わず、流行状況や症状から「感染性胃腸炎」と診断されることもあります。

## 症状

1〜2日の潜伏期間を経て、典型的には嘔気・嘔吐、下痢・腹痛、37℃台の発熱が見られます。(症状の程度には個人差があります。)通常、1週間以内で回復しますが、症状回復後も1週間程度はウイルスの排出が続きます。

## 感染経路

- 1. 食品や水を介しての経口感染
- 2. 吐物、便を介しての二次感染



## 感染性胃腸炎の治療

ウイルスを原因とする感染性胃腸炎の治療は、つらい症状を軽減するための処置(対症療法)が中心となります。

乳幼児や高齢者では、下痢などによる脱水症状を生じることがありますので、早めに医療機関を受診することが大切です。特に高齢者は、誤嚥嘔吐物が気管に入ることにより、肺炎を起こすことがあるため、体調の変化に注意しましょう。水分補給や安静に努め、回復期には消化しやすい食事をとるよう心がけることが大切です。



## 予防のポイント

### ①最も大切なのは、手を洗うことです。

特に排便後、また調理や食事の前には液体石けんと流水で十分に手を洗いましょ。



②主症状がある場合は、食品の調理をできるだけ控える。

③カキなどの二枚貝を調理するときは、中心部まで十分に加熱する。(中心温度85℃1分以上の加熱が必要です。)

④食器やタオルは洗剤で十分洗ったあと、5℃〜90℃の熱湯で90秒以上浸すか、次亜塩素酸ナトリウム200ppm(家庭用漂白剤4mlを1リットルの水で希釈)で消毒することも有効です。

## もし、嘔吐があつたら...

吐物などには多量のウイルスが含まれていますので、二次感染の予防のためにも取扱いには十分注意してください。

- 使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、速やかに処理します。また、処理するときは、換気を十分に行います。
- 吐物などは、使い捨てのペーパータオルなどで、外側から内側に向けて、ふき取り面を折りたたみながら静かにふき取ります。
- 吐物や使用後の手袋などは、ビニール袋に密閉して捨てます。
- 汚染された衣服などは、廃棄するか、捨てられないものは次亜塩素酸ナトリウム200ppm(家庭用漂白剤4mlを1リットルの水で希釈)または熱湯でつけ置き洗います。
- 吐物のあつた床などは、1000ppm(家庭用漂白剤20mlを1リットルの水で希釈)を浸み込ませたペーパータオルなどで覆うか、浸すように拭きます。10分程度おいて、水で濡らしたペーパータオルなどでよくふき取ります。
- 処理後は、液体石けんと流水で十分に手を洗い、うがいをお願いします。