

感染性胃腸炎(ノロウイルスなど)が流行っています！



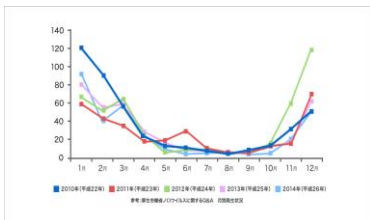
インフルエンザが流行のピークを迎えていますが、昨年12月から引き続きノロウイルスに代表される感染性胃腸炎も流行しています。特に抵抗力の弱い子どもや高齢者は重症化する恐れがあるので注意が必要です。今回は予防のポイントを中心に感染性胃腸炎のお話しをします。

Q1. 感染性胃腸炎とはどんな病気ですか？

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には、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどがあります。感染すると1～2日で発症。嘔吐、下痢、腹痛などを引き起こします。

Q2. いつ流行しますか？

感染性胃腸炎は、例年10月ごろから増加し、12月～1月ごろをピークとして3月まで多発します。冬の初め(12～1月)にノロウイルス、冬の終わりから春先(2～4月)にロタウイルスが流行します。



Q3. ノロウイルス感染とロタウイルス感染に違いはありますか？

両方とも、冬場に流行する嘔吐、下痢を伴う胃腸炎で、症状からは違いは区別できません。また両方とも、繰り返し何度でもかかります。

- ノロウイルスは感染力が非常に強く、乳児から学童、成人、高齢者まで幅広くかかります。子どもが先にかかり、家族・大人に移っていくのは大抵はノロウイルス感染です。また、ノロウイルスは感染力が強い為、集団感染になりやすく、食中毒として食材から数百人規模の集団感染を起こすのもノロウイルスのみです。
- ロタウイルス感染は主に5歳まで乳幼児の罹患が多く、激しい嘔吐、白い便の下痢、発熱から脱水になり、けいれんが起きたりします。ただ3～4歳と年齢が上がると症状は軽くなります。
- 両方とも、便の迅速検査がありますので、すぐに結果は分かります。しかし、治療が変わらないこと、保険上の問題もあり全員にはしません。

Q4. 予防のポイントは・・・手洗いと消毒

- (1) 最も大切なのは手を洗うことです！
特に排便後、または調理や食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。
- (2) 吐物や下痢を処理する際は、使い捨て手袋、マスクを着用し、処理後は石けんと流水で十分に手を洗いましょう。その後市販の手指消毒用アルコールなどを使って消毒しましょう。

《吐物処理の手順》

1. 吐物の上をペーパータオルや、トイレトペーパーや新聞紙などで覆って、その上に消毒薬(次亜塩素酸の希釈液)を直接かける。
2. 吐物は、使い捨ての手袋とマスクを使用し、中心に向かって広げないように拭き取る。
3. ふき取ったペーパータオル・布、手袋、マスクなどはビニールに入れて包み破棄する。
4. 嘔吐した場所は、できれば再度次亜塩素酸を希釈したもので再度きれいに拭く。
5. 処理後は手を石けんと流水で十分に洗う。
6. その後市販の手指消毒用アルコールなどを使って消毒する。
7. 部屋の換気をする。部屋が乾燥するとウイルスが浮遊するので加湿する。

◎消毒薬希釈液の作り方

キッチンハイターの原液40ccを
水2000ml(2L)で希釈する

※衣類や物品の消毒には使えますが、手指消毒に次亜塩素酸は使えません。

- (3) 牡蠣などの二枚貝を調理するときは、中心部まで十分に加熱しましょう。中心温度85～90℃で最低でも90秒以上の加熱が必要です。

ロタウイルス感染の、一番の予防はロタウイルスワクチンをすることです。(口から飲むワクチンです。生後6週～24週の間しかできませんので早めの接種をお勧めします。)