

ウイルス性の感染性胃腸炎とは？

1. ウイルス性感染性胃腸炎の主な病原体

- ・ノロウイルス
- ・ロタウイルス
- ・サポウイルス など

2. どんなところで、何から感染するの？

- ・糞口感染（感染した人の便や嘔吐物により汚染された手や食品、物についたウイルスが、口に入ると感染してしまいます。）
- ・ノロウイルスは主に食品（カキなどの二枚貝）を介して感染する場合（食中毒）があります。

3. 症状は？

◎潜伏期間：大多数の症例が1～3日

◎症 状：下痢、嘔吐、吐き気、腹痛

1～3日で治まります。感染しても症状が出ない場合もあります。

下痢等の症状がなくなっても、通常では1週間程度、糞便中に排泄され続けます。

4. 感染を予防するためには

◎手洗いの基本

- ・石けんを使い十分にこすり洗いをし、水で洗い流します。
- ・手洗い後の手ふきはペーパータオル等を使います。タオルを使用する場合は、毎回タオルを交換するか、個人用タオルを使用します。
- ・水道の蛇口は、手と一緒に洗うかペーパータオルを利用して閉めると、手の再汚染を防げます。

◎食品等の衛生的な取扱い

- ・食材は十分に洗浄し、加熱すること。
- ・調理器具の清潔に十分気をつける。（包丁、まな板、布巾は家庭用漂白剤で消毒する等）

◎入浴（下痢や腹痛等の症状がある時）

- ・下痢の続く間は浴槽につからない。
- ・症状が改善しても、2～3週間程度は最後に入浴する。
- ・お尻（肛門部）は、石鹸をつけて丁寧に洗う。
- ・浴槽の水は毎日交換する。
- ・バスタオル等の共用は避ける。

*0.1%の消毒液のつくり方

原液濃度が6%の場合 60倍にする
原液 50mL を水 3L に入れる。

*0.02%の消毒液のつくり方

原液濃度が6%の場合 300倍にする
原液 10mL を水 3L に入れる。

◎洗濯（便や嘔吐物で衣類が汚れた場合）

- ・ゴム手袋を着用し、流水で汚れを落とす。
- ・0.1%に薄めた塩素系消毒液 10分程度浸すか、85℃で1分間以上になるよう熱湯消毒してから、他の洗濯物と区分して洗う。

◎消毒

- ・ウイルスが残りやすい便器やドアノブなどは、0.02%に薄めた家庭用漂白剤で拭く。その際は、手袋やマスク、エプロンを着用して行う。

◎排泄物・嘔吐物の処理（次ページ）

- ・糞便や嘔吐物の処理は、処理をする人自身への感染と、汚染拡大を防ぐため、適切な方法で、迅速、確実に行うことが必要です。

嘔吐物（吐いたもの）の処理の仕方

◎嘔吐物（吐いたもの）の処理

- ①吐いたものは、素手で触らないように（手袋を着用する等）気をつけながら、使い捨ての布やペーパータオルなどできれいにふきとる。
- ③吐いたところは、0.1%に薄めた次亜塩素酸ナトリウムをペーパータオルなどにしみこませてふく。
- ④ふきとったものは、手袋等と一緒にビニール袋に入れ、外にもれないようにして捨てる。
- ④終わったら手洗いをする。

		
<p>①嘔吐物や消毒液が直接触れないよう、手袋を使用しましょう。手袋がない場合は、できるだけ手に付かないようにしてください。手袋はできるだけ使い捨てのものを使用します。</p>	<p>②嘔吐物は、新聞紙や捨ててもいい布などで、外側から内側にむけて静かに拭き取ります。</p>	<p>③0.1%に薄めた次亜塩素酸ナトリウムをペーパータオル等に染みこませ、できるだけ広い範囲を浸すように拭き取ります。</p>
		
<p>④ビニール袋等、液漏れしない密封できるものに、嘔吐物や、拭き取った新聞等を入れ、口をしっかり縛ります。</p>	<p>⑤ナイロン袋等に、口を閉じた袋を入れます。手袋を裏返しながらか脱ぎます。使い捨て手袋が無く、ゴム手袋を使用した場合は、脱いだものをそのまま消毒液で消毒します。</p>	<p>⑥内側を触らないようにして口を縛り、捨てます。手袋をして処理をしても、必ず処理の最後には石けんでよく手を洗ってください。</p>

処理時・処理後は窓を開ける等、換気を十分にしましょう。