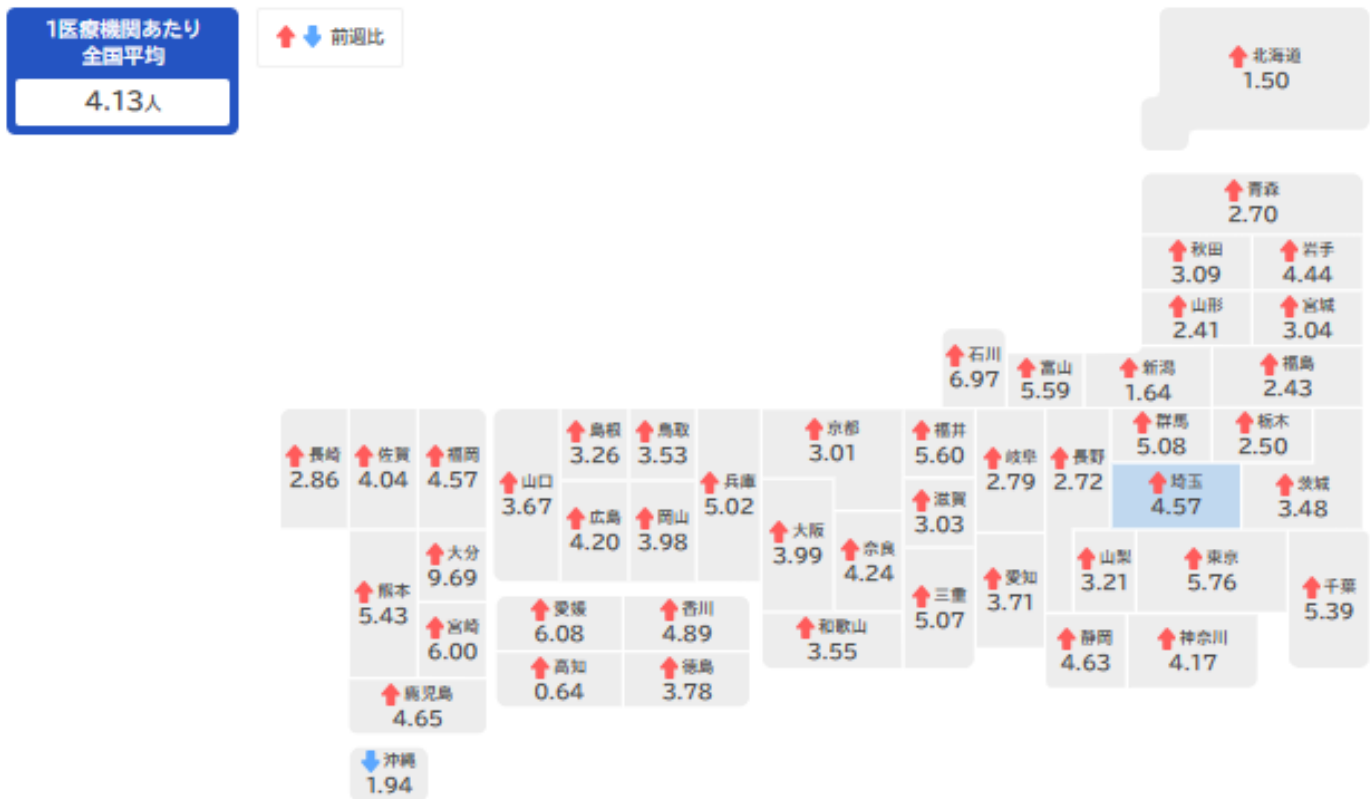


感染性胃腸炎にご注意を！

埼玉県では現在、感染性胃腸炎が流行し始めています。

通常は詳しく検査をしないので、何のウイルスにかかったかわかりません。そのため病院では、症状をみて「感染性胃腸炎」や「おなかのかぜ」と診断されることが多いです。

以下の情報は、NHK ホームページ「感染症データと医療・健康情報」内の感染性胃腸炎の感染状況マップです。全国的に感染者が増加し、前年よりも流行している状況です。



感染性（ウイルス性）胃腸炎の症状



1～2日の潜伏期間を経て、吐き気、嘔吐（もどした後は、ケロツとしていることもあります。）腹痛、下痢などの症状が見られます。

嘔吐や下痢が続くと、脱水になることがあります。上記の症状がある場合は登校を控え、早めに病院での受診をお勧めします。

なお、症状は、1～2日で治まることが多く、回復は早めですが、1週間～1ヶ月くらいは便にウイルスが出ることがあります。

十分に手洗いを行い、感染が広がらないように注意しましょう。

主な感染経路

感染経路は、主に接触感染です。

感染力が非常に強く、あっという間に広がります。

また、ノロウイルスは乾燥にも強いので、吐いてしまった時に着ていた服や部屋は、必ず消毒をしましょう。

アルコールに抵抗力があるので、消毒は次亜塩素酸ナトリウムで行います。(市販の家庭用塩素系漂白剤)

最も有効な予防法は
手洗いです！



嘔吐物・便から



感染者の吐物や便から、ノロウイルスが大量に排出される。

手洗い、
清掃・消毒不十分！

手指などを介して口から吸引。乾燥した吐物などから空中に浮遊したウイルスを口から吸引。

食品を介して



手洗い不十分！



感染者が触れた食品や調理器具などにウイルスが付着。それらで調理した料理を食べることで摂取。

食品から



下水道などを通過してウイルスが海や地下水に流出。二枚貝は大量の海水を飲み込むためウイルスが蓄積しやすい。

生食または加熱不十分！

ウイルスが蓄積された食品を、生または加熱不十分な状態で摂取。

感染・発症

主なウイルスとして有名な「ノロウイルス」は、アルコールでは殺菌できません。次亜塩素酸ナトリウム（ハイターを希釈したもの）を使って殺菌しますが、次亜塩素酸ナトリウムは手指消毒には使用できません。ですので、最も手軽で有効な予防方法は手洗いになります。感染予防のために、手洗いはしっかり行いましょう。

また、感染性胃腸炎はご家庭の中で流行しやすい感染症になります。ご家庭で感染者が発生した際は、タオルの使い回しをしない、トイレの蓋は閉めてから流す等の対策を取ることで、拡大を予防できます。

ノロウイルスを不活化させるには、中心部が85℃～90℃で90秒以上の加熱が望めます。十分な加熱、手洗い、調理器具の消毒などを行い、感染を予防しましょう。

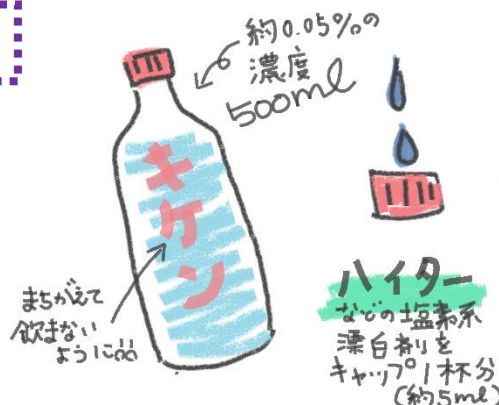


ノロの原因として最も有名なものには牡蠣ですが、ホタテ、ムール貝、アサリ、シジミ、バカガイなども原因になることがあります。

次亜塩素酸ナトリウムの作り方



換気しながら消毒してね！



ハイターなどの塩素系漂白剤をキャップ1杯分(約5ml)

