

11月のほけんのめあて

「**家に**責任を、**外で**元気に遊ぼう。」



仙台市で感染性胃腸炎が急増しています。

感染性胃腸炎には様々な原因がありますが、ノロウィルスやロタウィルス等のウィルスによるものが大半です。仙台市内では11月に入り、保育施設等13施設、幼稚園1施設、小学校1施設において、感染性胃腸炎の集団感染が疑われる事例が発生しており、すべての事例で一部の患者からノロウィルスが検出されています。

中山小学校ではまだ校内感染はみられていませんが、ノロウィルスで欠席する児童も出始めております。そこで、今月は感染性胃腸炎を予防するためにどうすればいいかお知らせしようと思います。

ノロウィルスってなあに？



ヒトの腸粘膜で増殖して、食中毒などの原因となるウィルスです。
食品の中では増殖しません。



どうやって感染するの？

感染経路① ノロウィルスに汚染された食品（生かき等の貝類など）を食べたとき

感染経路② ノロウィルスで汚染された手で調理された食品を食べたとき

感染経路③ 発症した人の下痢便や嘔吐物の処理をしたとき



こんな発生事例があるよ。



「雑巾」が感染源となった事例

ノロウィルスに感染した人の吐物を「雑巾」で拭いた後、その「雑巾」を水洗いしただけで干していました。そしてその「雑巾」が乾燥するにつれ、「雑巾」に付いていたウィルスが空気中に浮遊し感染が広がりました。

手洗いが不十分だった事例

バスケットボールの試合中、ノロウィルスに感染していた選手の手からボール等を介して他の選手たちの手も汚染されてしまいました。ところがその体育館のトイレにはせっけんがなく、十分な手洗いができないまま昼食を食べたため、感染が広がりました。

どのような症状なの？

- ① 吐き気・嘔吐
- ② 下痢・腹痛
- ③ 37度台の発熱
- ④ 嘔吐や下痢に伴う脱水症状
(皮膚・唇の乾燥やおしっこの減少に注意！)



ウィルスが体に入ってから24~48時間で発症します。



免疫が持続しないため、何度でも感染します。



症状がなくなっても、1週間程度ウィルスが便に排出されると言われています。(そこから感染もします。)

どうやったら予防できるの？



予防方法① かきなどの二枚貝は中心部を85～90度で90秒以上加熱してから食べましょう。

※湯通し程度の加熱ではウィルスは死にません。

予防方法② 正しく手を洗う



ノロウィルスにはアルコールは効果がありません。せっけんで洗い落とすしかありません。



汚れが落ちにくいところ



予防方法③ 正しく嘔吐物や下痢便を処理する

ここに注意!!



これをきっちり守らないと、家族全員にノロウィルスが感染してしまいます！
御家庭に一つ嘔吐物処理セットを用意しておくといいですよ。

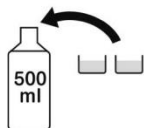
吐いたものや汚れた衣類を処理するには

用意するもの

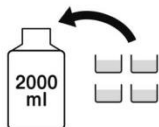
- ペーパータオル（汚物をふきとる）
- ビニール袋（大きめ）
- 使い捨てのビニール手袋、マスク、エプロン
- ペットボトル（500ml、2ℓ） ●バケツ
- タオル ●塩素系消毒剤（ハイター・ブリーチ等）

消毒液のつくり方

消毒液A（濃度0.1%／吐いたものの処理に使用）
500mlのペットボトル1本分の水に、ペットボトルのキャップ2杯（10ml）の塩素系漂白剤の原液を入れる。



消毒液B（濃度0.02%／汚れた衣類の消毒に使用）
2ℓのペットボトル1本分の水に、ペットボトルのキャップ2杯（10ml）の塩素系漂白剤の原液を入れる。



吐いたものの処理方法

- ①ビニール手袋、マスク、エプロンをつけ、ペーパータオルで、汚れている部分の外側から内側に向けて静かにふき取ります。ふき取ったペーパータオル、手袋、エプロンなどは、すぐにビニール袋に入れ、消毒液Aをかけ、密封して捨てます。
 - ②ふき取った後の床とそのまわりを、消毒液Aを浸したペーパータオルでおおい、10分ほど放置した後、ふきとります。
- ☆塩素系漂白剤を使うので、窓を開け、じゅうぶんに換気しながら処理しましょう。

汚れた衣類の消毒

- ①消毒液Bに30～60分間浸す。塩素で漂白できないものは、85℃で1分以上熱湯消毒します。
- ②ほかのものと分けて、最後に洗濯します。

