

## 感染性胃腸炎が流行しています！！

感染性胃腸炎の都内の患者報告が過去最高となり、流行警報が発令されました。練馬区保健所からも「感染性胃腸炎予防の注意喚起について」の依頼の文書が学校に届いています。

予防は、せっけん<sup>せっけん</sup>と流水による手洗いと健康管理の徹底が大事です。感染拡大防止については、便やおう吐物を正しく処理すること及び下痢・嘔吐等で体調の悪い時は、無理な登校は控えることが挙げられています。

感染予防に努めていただくと共に、感染拡大防止についてもご配慮をお願いいたします。

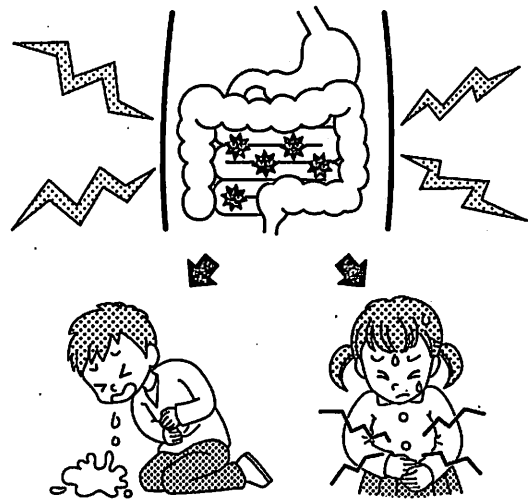
感染性胃腸炎に関しては、11月のほけんだよりと12月の「ノロウイルス家庭版」にも掲載されています。本校でも12月になって、感染性胃腸炎(疑いも含めて)が原因の欠席が、毎日数人います。給食前に「手洗いの歌」を放送で流し、手洗いの徹底に努めているところです。ご家庭でも、ハンカチを持たせていただくことと爪を短く切ることのご指導をお願いいたします。



### 「ノロウイルス」とは

ノロウイルスは大きさは約38ナノメートル(1ナノメートル=1ミリメートルの100万分の1)というとても小さいウイルスです。感染力が強く、10数個のウイルスが体内に入っただけで感染することがあります。

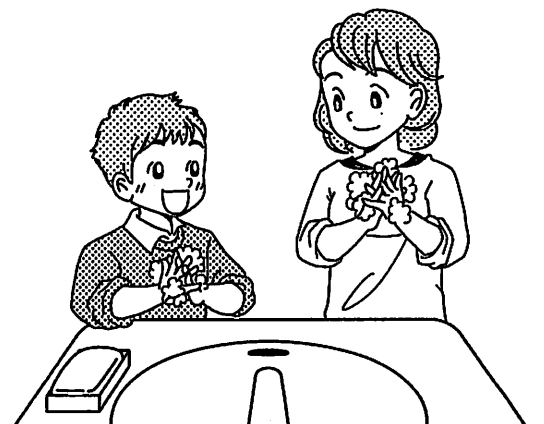
感染すると、1～2日の潜伏期間を経て、発熱やおう吐や腹痛、下痢などの症状が起きます。通常2～3日で治まりますが、脱水症状を起こすこともあり、症状が出たら、こまめに水分補給をすることが大切です。



### ノロウイルス感染予防のために ～まずは手洗い～

ノロウイルスに感染した患者の便1グラム中には、1億から1兆個ものウイルスがいるといわれています。

ノロウイルスに感染した患者が便に触れた後、手洗いをしっかりとしなかったため、ノロウイルスが、その患者が触った物を介して、ほかの人に感染した例は多くあります。感染予防のためには、患者はもちろん、周りの人がトイレの後や食事の前にしっかりと手洗いをする必要があります。



## 感染性胃腸炎について

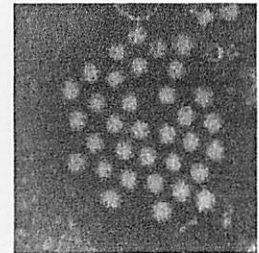
### 1 感染性胃腸炎とは

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」、「サポウイルス」、「アデノウイルス」などがあり、主な症状は、腹痛・下痢、嘔吐、発熱です。

「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、特別な治療方法がないことから、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。



写真：ノロウイルス  
の電子顕微鏡写真

### 2 原因と感染経路

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、人から人へ感染する場合と、汚染した食品を介しておこる食中毒に分けられ、次のような感染経路があります。

- ◆ 感染した人の便や吐物に触れた手指を介して、ノロウイルスが口に入った場合
- ◆ 便や吐物が乾燥して、細かな塵（ちり）とともに舞い上がり、それらと一緒にウイルスを鼻や口から取り込んだ場合
- ◆ 感染した人が十分に手を洗わず調理した食品を食べた場合
- ◆ ノロウイルスを内臓に取り込んだカキやシジミなどの二枚貝を、生で又は不十分な加熱処理で食べた場合

### 3 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特別な治療法はなく、つらい症状を軽減するための処置（対症療法）が行われます。乳幼児や高齢者では下痢等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、誤えん（嘔吐物が気管に入る）による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。

嘔吐の症状がおさまったら少しずつ水分を補給し、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ましょう。

#### 《予防のポイント》

- ★ 最も大切なのは手洗いをきちんと行うことです。特に排便後、調理や食事の前には、その都度、石けんと流水で十分に手を洗いましょう。
- ★ 便や吐物进行处理する時は、使い捨ての手袋、マスク、エプロンを着用し、処理後は、石けんと流水で十分に手を洗いましょう。
- ★ 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しましょう。（中心温度 85℃で 1 分以上の加熱が必要です）