

健康講座

Healthy course

冬は空気が乾燥し、感染症が流行しやすくなる時期です。
今回は冬場に多い感染性胃腸炎の症状や対応などを紹介します。

感染性胃腸炎に 気をつけましょう

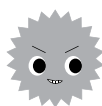
Q 感染性胃腸炎とは？

○細菌やウイルス（ノロウイルス・ロタウイルスなど）が原因で、嘔吐や下痢、腹痛、発熱などを引き起こします。特に冬はウイルス性の胃腸炎が流行します。

○特にロタウイルスは乳幼児に多く、米のとぎ汁の様な白色便が特徴です。

○潜伏期間は数時間～数日で発病しても数日で回復しますが、子どもや高齢者は脱水などを起こし重症化する場合もあります。

○『食べ物から人へ』の感染の他に『人から人へ』の感染を起こします。



Q 症状が出た場合に気をつけることは？

○嘔吐や下痢により、体力の消耗や脱水をおこしやすいので、水分や栄養補給をしっかりと行ってください。嘔吐等で水分・栄養補給が難しい場合もあるため、早めに医療機関を受診してください。

○嘔吐物や便の中には大量のウイルスが含まれており、そこから感染が広まります。

○感染者が吐いた場所などは台所用塩素系漂白剤などを100～200倍に薄めた消毒液で消毒してください。（使用する際は漂白剤の注意事項をよく読み、十分に換気を行つようにしてください）

Q 予防方法がありますか？

○ウイルス感染ですが、ワクチンはないため、他の感染症同様手洗いによる予防が大切です。

○石鹸はウイルスを死滅させることはできませんが、手指からウイルスをはがれやすくする効果があります。石鹸を使つての手洗いが効果的です。

Q 症状が出なくなったらうつりませんか？

○症状が回復した後も、便などから1週間～1ヶ月程度はウイルスが排出されます。

○ウイルスの感染力は非常に強く、他人へ感染する可能性がありますのでお子さまの便などの取扱いには十分に注意してください。

