



これからの時期はノロウイルスに注意！

高齢者介護まつしまリハビリホーム

ノロウイルスとは？

ノロウイルスとは人の小腸粘膜で増殖するウイルスです。主に11月から3月にかけて胃腸炎を起こします。少量のウイルスでも発症し感染力のとても強いウイルスで、保育園や高齢者施設など集団生活の場では、感染がひろがり集団発生を引き起こしやすいといえます。



経過は？

潜伏期は1日から3日です。症状は吐気・嘔吐や下痢、腹痛など発熱は軽度です。多くは1日から2日で改善します。

下痢やおう吐が続いた場合は乳幼児や高齢者は脱水症状を起こす場合があるので水分補給につとめ、早めに医療機関を受診して下さい。

どうやって感染するの？

- (1) 人から人への感染：ノロウイルス感染者の吐物・便の中にノロウイルスが含まれています。ウイルスが手などについて口から感染する場合や吐物の飛沫から感染する場合があります。
- (2) 人から食品、そして食品から人への感染：食品取扱者の手を介してウイルスが食品につき、それを食べて感染することがあります。
- (3) 食品から人への感染：生や中心部の加熱が不十分なカキなど、二枚貝を生で食べることによって感染します。

予防方法は？

ウイルス性のものに対しては流行期の手洗いと患者との濃厚な接触を避けることが感染予防のポイントです。

- (1) 最も有効な対策は手洗いです。トイレを使用した後、調理の前、食事の前には必ず手を洗いましょう。先月お渡しした手洗いのすゝめを観乍らしっかり洗ってくださいね！
- (2) 部屋やトイレで吐いた場合は、部屋の換気を十分に行いながら、吐物をふき取り、ふき取ったあとを塩素系消毒剤で消毒します。下痢や吐物进行处理するときは素手でさわらず使い捨てビニール手袋と使い捨てマスクなどを使用しましょう。
- (3) 汚れた下着や床などは次亜塩素酸ナトリウム(家庭用漂白剤)などの塩素系消毒薬を使用して消毒します。
- (4) 食品を介した感染を防止するためには、手洗いを充分に行うこと、食品を十分に加熱することが効果的です。他にも手指や調理器具などの洗浄・消毒を厳守し、生野菜などは十分に水洗いしましょう。