

今回のテーマは

## 感染性胃腸炎

です。



### 感染性胃腸炎は冬季に流行します

#### 感染性胃腸炎とは？

- 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の微生物を原因とする胃腸炎の総称です。
- 感染すると、1～3日で吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などの症状が現れます。子どもや高齢者などが感染すると重症化することもあるため注意が必要です。

#### 【感染経路】

- ・ 感染した人の便や嘔吐物に触れた手を介した場合
- ・ ノロウイルスを内臓に取り込んだ二枚貝を生や不十分な加熱処理で食べた場合
- ・ 調理者の手で汚染された食品を食べた場合

#### 【かかった場合に気をつけること】

- ・ 下痢などの症状が見られる場合は湯船に入らず、かけ湯かシャワーで済ませましょう。
- ・ バスタオルや手ふきタオルは共有せず、個別のものを準備しましょう。
- ・ 感染後、下痢症状がなくなっても、1か月程度ウイルスが排泄されるので注意しましょう。

#### 予防方法は？

##### ①手洗いをしっかりと！

- ・ トイレの後、食事や調理の前、下痢等の汚物処理後やオムツ交換後、手袋着脱後も、石けんと流水による手洗いを行いましょう。
- ・ 汚れの残りやすい部分を丁寧に洗いましょう。
- ・ 手洗い後は清潔なタオルまたはペーパータオルでふき取りましょう。

##### ②「人からの感染」を防ぐ

- ・ 下痢や嘔吐などの症状がある方は、食品を直接取扱う作業をしないようにしまししょう。
- ・ ウイルスの飛散を防ぐため、嘔吐物や糞便は慎重に処理しまししょう。処理時は使い捨てのガウンまたはエプロン、マスクと手袋を着用しまししょう。

##### ③「食品からの感染」を防ぐ

- ・ 食品の洗浄と十分な加熱（中心部が85～90℃になるよう90秒以上）を行いまししょう。
- ・ 調理器具は使用後に消毒（85℃の熱湯で1分以上煮沸、または次亜塩素酸ナトリウムによる消毒）しまししょう。

※次亜塩素酸ナトリウム消毒液の使用時には、必ず使用上の注意をご確認ください。



2024年12月27日 発行

宮城県石巻保健所疾病対策班 電話：0225-95-1430