

保健だより <感染性胃腸炎特集>

強い感染力のある感染性胃腸炎が流行する季節になりました！

佐賀県内で発生しており、流行の拡大が心配されます。

ていねいでこまめな手洗いはもちろんのこと、普段何気ない食べ物や飲み物を共有するなどの行為は絶対しないでください。集団感染の発生につながります。

特に給食中は気をつけてください。

「自分を守れば大切な人や家族を守れる。予防こそ病気に負けない最良の手段」

<潜伏期間と症状>

潜伏期間(感染から発症までの時間)は24~48時間。

吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱は軽度。通常 3 日以内に回復。ウイルスは感染後一週間、糞便中に排出される。

<感染経路>

1. 汚染された貝類を、生あるいは十分加熱調理しないで食べた場合
2. 食品の製造や調理を行う人が感染していて、その人を介して汚染した食品を食べた場合
3. 患者の糞便や嘔吐物から二次感染した場合

<予防策>

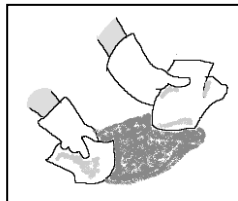
1. なるべく生食を避け、十分加熱して食べる。
2. 調理前や食事前、トイレの後は必ず石けんで手洗いをすること。自分のハンカチを持っておく。
排便後は、いつもより厚めにトイレットペーパーを使う。
3. 感染力は強いウイルスであるが、体力や病気に対する抵抗力があれば、感染しないので日頃から手洗い・うがいなど感染症対策に心がける。(これから多くなる風邪、インフルエンザも予防方法は同じ)
4. 嘔吐物や排泄物の処理方法は下のとおり

★用意するもの…

使い捨て手袋、マスク、エプロン、足カバー袋、キッチンタオルか新聞紙、布(ぞうきん)、ポリ袋、凝固剤(吐いたものや下痢等を固める粉)、次亜塩素酸ナトリウムを含んだ漂白剤など

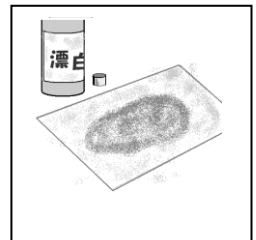
- ①窓を開けるなど換気を十分にします。
- ②手袋、マスク、エプロンをつける。

③凝固剤があれば、吐物や排泄物に振りかけて固める。無い場合はそのままキッチンタオルか新聞紙をかぶせ、吐物が飛散しないようにする。外から内に向けて拭き取ること。同一面でこすると汚染を広げるので注意。足元も注意。



- ④拭き取ったキッチンタオルや布はポリ袋に入れて密封する。

- ⑤吐物を取り除いた後の汚れた床と周囲は、キッチンタオル等をかぶせ、その上から漂白剤(目安:ペットボトル 500mlの水にキャップ 2 杯入れて作る)をかけ、染みこませ、10分後に拭く。その後、水拭きをする。



- ⑥使用した手袋、マスク、エプロン、足カバーもポリ袋に入れて処分し、入念に手を洗う。

生徒のみなさんへ 気をつけてほしいこと

1. 気持ちが悪くて吐きそうになったときは、まずトイレの便器に吐いてください。

トイレで吐いたときは必ず先生に連絡をしてください。

2. もし、途中で吐いてしまったときは、その場に座^{すわ}って動かないでください。

3. 換^{かん}気^きをしてください。

4. 周^{まわ}りにいた人は、処^し理^りを手伝う前に、先生に連絡してください。

5. 吐^はいたものを処^{つか}理するときは、使^{つか}い捨^すてのゴム手袋、マスク等を使用し消毒をしますので、先生達で行います。使用した新聞紙やぞうきん等すべてビニール袋に入れて口をしっかりとしばり捨てます。

6. 感^{うたが}染^は性^し胃^し腸^り炎が疑われる症^し状^りでないときも、吐いた物の処^し理^りはきちんとしていきますので、必ず近くの先生に連絡をしてください。

7. 吐^はき^け気、嘔^{おう}吐^と、下^げ痢^り、腹^{ふく}痛^{つう}、発^は熱^{ねつ}などの症^{しょう}状^{じょう}がある時^{とき}は、必^{かな}ず病^び院^{いん}を受^{じゅ}診^{しん}してください。

8. 感^{げん}染^{いん}性^{せい}胃^い腸^{ちよう}炎(ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス…などが原因)と診^{しん}断^{だん}されたら、出^{しゅつ}席^{せき}停^{てい}止^しとなりますので、必ず学^{がく}校^{こう}へ連^{れん}絡^{らく}をしてください。