

感染性胃腸炎に注意！（消毒方法について）

◎**感染性胃腸炎**とは、病原性大腸菌やサルモネラなどの細菌、それにロタウイルスやノロウイルスなどのウイルスによって引き起こされる胃腸の疾患で、ウイルスによるものは毎年秋から冬にかけて流行が認められます。

◎**感染経路**は、ほとんどの場合、食べ物や飲み水をなどを介した経口感染で病原体が体内に侵入します。

◎**症状**は原因となる細菌やウイルスによって少しずつ異なりますが、**発熱**、**下痢**（水様便、血便など）、**腹痛**、**悪心**、**嘔吐**などです。これらの症状が様々な組み合わせで出現しますが、原因となる病原体、患者個人間で大きな差があり、症状の重さも様々です。

◎**症状が出るまでの期間**は、原因となる病原体によって大きく異なりますが一般的には1～3日程度（短いものでは6時間）です。この間は本人に症状はありませんが他人に感染させる可能性があります。一般的に経過は良好ですが、原因となる病原体によってはその他の感染症を合併したり、症状が比較的長く続くこともあります。病気の発見が遅れたり、治療が遅れた場合には、脱水症になり重症化することもあります。ありふれた病気、たかが脱水症だと軽視すると、非常に危険な状態に陥ることもありますので、十分な注意が必要です。症状が消えても数日、長い人で1ヶ月近く、ウイルスがふん便とともに排泄されます。子供やお年寄りなど抵抗力が弱い人は、特に注意してください。

◎**治療**については、対症療法が中心となります。下痢や嘔吐などで体内から失われた水分や電解質を経口や点滴などで補給し、脱水の改善と電解質（イオン）バランスの調整が行われます。また、患者さんの年齢、症状等を考慮して抗生物質が投与されることもあります。症状が出たら、なるべく早く医療機関を受診しましょう。

◎**予防**について

- ・石けんでよく手を洗い、外出後や食事の前はうがいをしましょう。
- ・タオルの共用はさけてください。
- ・十分な睡眠と栄養をとり、体調を良好に保つようにしてください。
- ・患者さんとの濃厚な接触はなるべくさけましょう。
- ・吐物はビニール袋等に入れて密封し、処理後はよく手を洗ってください。
- ・汚物の処理時とその後しばらくは、大きく窓を開けるなどして換気してください。
- ・汚物を処理した後、48時間程度は感染（発症）の有無に注意してください。



1. 汚染物の消毒

主な消毒対象は、患者の便や嘔吐物で汚染された可能性のある箇所になります。

1) 消毒薬

薬品名 ノロウイルスに対しては、有効な消毒薬は以下のものになります。

- ・次亜塩素酸ナトリウム（商品名：ミルトン、ピューラックスなど）
- ・塩素系漂白剤（商品名：ハイター）

消毒薬は薬局で購入可能です。消毒薬の濃度や使用方法は薬剤の添付説明書を参考にします。

家庭にあるものとして、キッチンハイターが使用できます。作り置きはしないで、使用してください。

市販の塩素系消毒剤や漂白剤は、6%くらいの濃度（使用前に表示確認）です。空ペットボトル（2ℓ）などを用い、消毒液が簡単に作れます。



・ 0. 02% (200ppm) 次亜塩素酸ナトリウムの作り方

＜原液が6%の場合＞

ペットボトルキャップ2杯弱の原液を水で2ℓに希釈する。

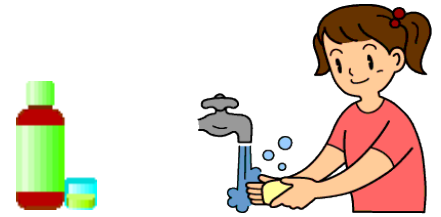
→ふん便や吐物が付着していない場所の拭き取りに用いてください。

・ 0. 1% (1000ppm) 次亜塩素酸ナトリウムの作り方

＜原液が6%の場合＞

ペットボトルキャップ8杯強の原液を水で2ℓに希釈する。

→ふん便や吐物などの汚物を処理する時に用いてください。



また、80℃・10分間の煮沸消毒も有効です。

2) 消毒方法

- ①トイレ ・手の触れる機会の多いドア・手の触れる機会の多いドアのノブ、水洗レバー、便器、手洗い場の蛇口、床などを消毒薬でよくふきます。
- ②患者さんの便に汚染された衣類 ・便の汚染が考えられる下着・寝具・タオル・ハンカチは、消毒薬に浸してから洗濯するようにします。
・家族のものとは別にして洗濯し、天日で十分に乾かしましょう。また煮沸でも消毒効果があります。
- ③おむつ交換 ・患者さんの便を処理する場合（おむつの交換など）には使い捨ての手袋を使います。
・使い捨て手袋を用いた場合には使用後に手を石けんで十分洗います。
- ④書籍類（学校など） ・消毒の必要はありません。患者さんが小児で、おもちゃなどがあれば、消毒薬でふき取ります。
- ⑤入浴 ・患者さんの入浴はできるだけ浴槽につからず、シャワーかかけ湯にします。
・お風呂に入る場合は、家族が入浴し終わった最後に入り、他の人と一緒に入らないようにします。

2. 食事の準備について

注意点

- ・よく掃除し、流しや蛇口、食器棚や冷蔵庫の扉(取っ手)などは消毒薬でよくふきます。使った食器類は、洗剤と流水で洗います。
- ・患者さんも、家族も調理や食事前、トイレの後には、手を流水（汲み置きの水は使わない）と石鹸でよく洗います。
- ・生の魚や肉などを切った後、同じまな板で果物や野菜など生で食べる食品や調理の終わった食品を切らないようにします。

※ご不明な事やご心配な事等あれば、下記までご連絡くださる様お願い致します。

担当：山形県 村山保健所 保健企画課

感染症対策室

住所：山形市十日町1丁目6-6

TEL：直通 023(627)1105

