

感染性腸炎について

ウイルス性と細菌性があり、この季節はノロ・ロタなどのウイルス性胃腸炎が特に流行します。病院でこれらが陰性であれば感染性腸炎ではない、というわけではありません！ 病院では検査しない、様々な感染性胃腸炎があります。下痢などの症状があり、医師から『お腹の風邪』と診断されることがありますが、これも感染性腸炎になります。ウイルス性胃腸炎は乾燥に強く、便や吐物が付着したものは感染力を持ち続けるため、ウイルスに汚染されたものは確実に消毒することが重要です。

- ◆ノロウイルス 牡蠣やしじみ、あさり、ホタテ等に潜んでいて、食べた人の腸内で増え、感染力がとても強く激しい嘔吐が続きます。1～2日の潜伏期間を置いて、嘔吐、悪寒、腹痛、下痢などの症状が出ます。
- ◆ロタウイルス 乳幼児の感染、発症率が高い胃腸炎です。激しい下痢で便の色が白っぽくなり、酸っぱいにおいが特徴です。高熱が出る場合もあります。抵抗力の弱い乳幼児は重症化しやすい。ノロウイルスより下痢が長く続く傾向があります。

☆どちらのウイルスもアルコール消毒剤に抵抗力があり、確実に消毒しないと感染力を持ち続けます。汚染された部位の消毒は次亜塩素酸ナトリウム(市販の家庭用塩素系漂白剤)が有効です。ロタは高熱に抵抗力があるとされていますが、ノロは熱に弱いとされているので熱湯消毒も有効です。

*嘔吐や下痢で汚染された衣服は消毒してから洗濯機を利用してください。

☆汚染された部位から3mほど飛沫するため消毒が必要です。(空気中にも飛散)

☆特効薬はないため、ウイルスを出し切ってしまうことが大切です。

☆流水、石鹸手洗い、うがいをしてしっかり防止しましょう

☆子供は特に脱水を起こしやすいため、水分が摂れない、すぐ吐いてしまう、尿が少なぐったりした様子があればすぐ受診しましょう！！



マスクをつけよう

冬はかぜやインフルエンザが流行する季節です。咳やくしゃみが出たらマスクをつけて、周囲にウイルスや菌を撒き散らさないようにしましょう。かぜを引いていなくても、マスクをつけることで鼻や喉の乾燥や炎症を防ぐことができます。また、ドアノブや手すりなどを触った後に、無意識に鼻や口を触ってウイルスに感染することがありますが、マスクをつけることで直接接触の機会がぐっと減ります。

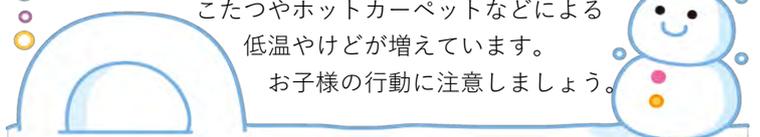
年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう

冬休みの注意

お休みの間は生活リズムが乱れやすくなるので、夜は決まった時間にお子さまと一緒に布団に入るようにしましょう。

また、ポットやファンヒーターのよるやけど、こたつやホットカーペットなどによる低温やけどが増えています。お子様の行動に注意しましょう。



せきエチケットとマスクのつけ方

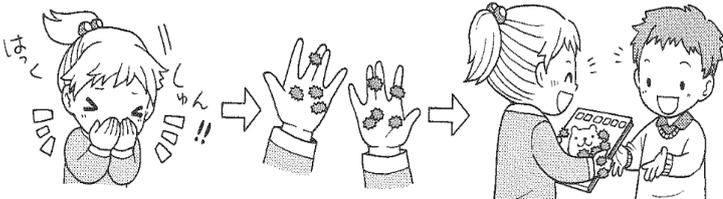
かぜやインフルエンザの季節です。感染症を広げないために、せきエチケットとマスクのつけ方を身につけたいものです。また、マスクは、これからの季節は花粉症対策でも使用する機会が増えます。正しくつけられるようにしておきましょう。

インフルエンザやかぜにかかった人がマスクをつけずに咳やくしゃみをする
菌やウイルスが外に飛び出すため、そばにいる人に感染させてしまう可能性があります。



せきやくしゃみをする...

せきやくしゃみを手で覆ってしまうと...



せきやくしゃみが出る時に手で覆ってしまうと、手のひらにウイルスや細菌がつきます。手を洗わずにその手で、いろいろなところに触れてしまうと、そこに菌を付着させ、それを触った他の人に感染させてしまう可能性があります。

身につけたい せきエチケット

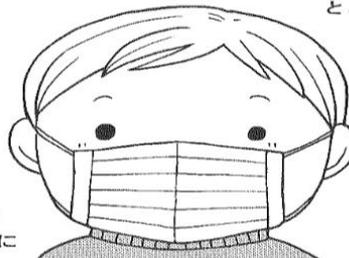
ほかの人に、かぜやインフルエンザなどの感染症を広げないためにもせきエチケットが大切です



注意すること！

ティッシュペーパーはすぐにごみ箱に捨てます。使用したティッシュペーパーには、菌がついているので、そのあとは石鹸できれいに手を洗いましょう。

マスクの正しいつけ方外し方



鼻をきちんと覆う



ひもを持って、外します。



ひもを持って、ごみ箱に捨てます。