

平成25年11月10日号 (第131回)

阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、
患者の皆様とともに生命と健康を考える医療を実践します。

紅葉の季節です。
今年の紅葉は、夏の日照が十分だったため、全国的に色づきは昨年よりも
良好の見込みと予想されています。



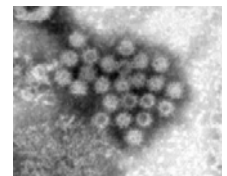
今回の阿伎留通信は「ノロウイルス」について、
看護部感染管理担当の干川主査よりお話をさせていただきます。



ノロウイルスによる食中毒・感染性胃腸炎に注意しましょう！

ノロウイルスは、冬季を中心とした感染性胃腸炎の流行の原因となり、感染力が極めて強いことが知られています。2枚貝の生食による食中毒が有名ですが、学校や施設などでヒトからヒトへ感染する集団感染が問題となります。

ノロウイルスは電子顕微鏡で見なければ判らないほど小さなウイルスです。(右図)
この小さなウイルスが、ごくわずかの量(10~100個程度)、口に入るだけで感染
すると言われています。



予防のポイントを知って、家族や職場内で感染を拡げないようにしましょう。

1. 症状

主な症状は吐き気、おう吐、下痢、腹痛です。あまり高い熱とならないことが多いです。通常は1~3日で症状は軽快しますが、ひどいおう吐や下痢が続いた場合、脱水症状を起こすことがありますので高齢者・小児は早めに病院に行きましょう。



2. 治療法

特効薬はありません。症状の持続する期間は短いですが、その間に脱水にならないように、できる限り水分の補給(経口補水液等)をすること(場合によっては病院で点滴をしてもらって)が一番大切です。

3. 感染経路

主な感染経路は経口感染ですが、おう吐した際の吐物のしぶきや吐物・下痢便が乾燥した場合、ウイルスが舞い上がりそれを吸い込むことによって感染する可能性もあります。

ノロウイルスに感染後通常 1 週間から長い時は 1 か月間、糞便中にウイルスの排泄が続くといわれています。

4. 予防のポイント

- ・下痢・おう吐等の症状がある人は、回復するまで調理を控えましょう。
- ・食品はよく加熱(中心部 85℃1 分以上)しましょう。
- ・調理前、調理中、食事の直前に、必ず石けんで手洗いをしましょう。
- ・下痢・おう吐等の症状のある人は入浴を控えましょう。症状が軽く体力的に問題ない場合は、シャワー浴もしくは最後に入浴しましょう。
- ・吐物・下痢便の処理を適切にしましょう。

～吐物・下痢便の処理方法～

〈準備するもの〉

- ・使い捨てのマスク ・使い捨ての手袋(なければビニール袋等を活用)
- ・使い捨てのガウンやエプロン(なければ大きめのビニール袋等を活用)
- ・ゴーグルなど目を保護するもの ・塩素系漂白剤
- ・拭き取るもの(新聞紙やペーパータオル、雑巾等) ・ビニール袋

〈手順〉

- ①処理にあたる人以外の方を遠ざけ、部屋の窓を開ける。
- ②処理にあたる人は、マスク、ゴーグル、ガウン、手袋を着ける。
- ③塩素系漂白剤を 0.1%に薄めて、ペーパータオル等に浸たす。
:水 500ml+原液 約 10ml(ペットボトルのキャップ 2 杯)
- ④汚染されていない場所にビニール袋の口を広げて置く。
- ⑤新聞紙やペーパータオル等で排泄物を覆い、最初に落下地点を片付け、外側の新聞紙やタオルを中央に集めながら周りをペーパータオルで拭き取る。拭き取ったペーパー等はビニール袋に廃棄する。
- ⑥③のペーパーで汚染箇所を中心に半径 2～3m の範囲を 10 分間浸すように消毒する。
注:塩素系漂白剤の使用は、色落ちや金属を腐食させることがあります。
- ⑦拭き取ったペーパーをビニール袋に廃棄する。
- ⑧手袋、ガウン、マスクの順ではずし、ビニール袋に廃棄し密封する。
- ⑨石けんと流水で肘まで手洗する。



阿伎留通信については、第 1 回から最新号まで、公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。ホームページアドレス(<http://www.akiru-med.jp>)