

県内で感染性胃腸炎が増えています 冬場に多い感染症



☒ 役場健康づくり推進課 健康増進係（保健福祉センターはびねす内） ☎ 234-6123

感染を予防するには

●手洗いをしっかりと

アルコール消毒はノロウイルスにはあまり効果がないと言われています。特に食事前やトイレの後、調理前後は石けんでよく洗いましょう。

●「人」からの感染を防ぐ

感染した人の便や嘔吐物を取り扱うときは使い捨て手袋、エプロン、マスクを着用し、衛生面に十分注意しましょう。

●「食品」からの感染を防ぐ

加熱して食べる食品は中心まで火が通るように85～90℃以上で90秒以上過熱しましょう。調理器具や調理台はいつも清潔を保ちましょう。

冬場に流行する感染性胃腸炎の原因のうち、特にノロウイルスは感染力が強く、少量でも発症するのが特徴です。感染は便や嘔吐物から人の手を介して、人から人へ飛沫感染、汚染された二枚貝を加熱不十分で食べることで起こる食中毒にわけられます。

発症までの期間は、24～48時間で主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱です。通常、これらの症状が1～2日間続いた後に治癒しますが、子どもや高齢者などでは重症化したり、吐いた物を誤って気道に詰まらせることがありますので、特に注意が必要です。



手洗いの手順

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



①ひじから下を水で濡らす



②手洗い石けんをつけてよく泡立てる



③手のひらと甲(5回程度)



④指の間、付け根(5回程度)



⑥水で十分にすすぐ



⑦手首(5回程度)
腕・ひじまで洗う



⑤指先(5回程度)



⑤親指も丁寧に(5回程度)

子どもの予防接種はお済みですか？ 接種対象年齢や接種期間がありますのでご注意ください。

- 麻しん風しん混合2期…
平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ(年長児)の子は平成26年3月31日までに受けましょう。
- 二種(ジフテリア・破傷風)混合予防接種…
平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ(小学6年生)の子は13歳未満までに受けましょう。
- 日本脳炎2期(特例対象者)…平成26年3月31日までに18歳になる人で日本脳炎1期の接種が終わった人は接種できます。
- ヒブ・肺炎球菌…5歳の誕生日の前日まで接種できます。
- 不活化ポリオ…7歳半の誕生日の前日まで接種できます。