

## 第226回健康講話

# 「よくわかる感染性胃腸炎の 予防対策について」

2017年1月17日

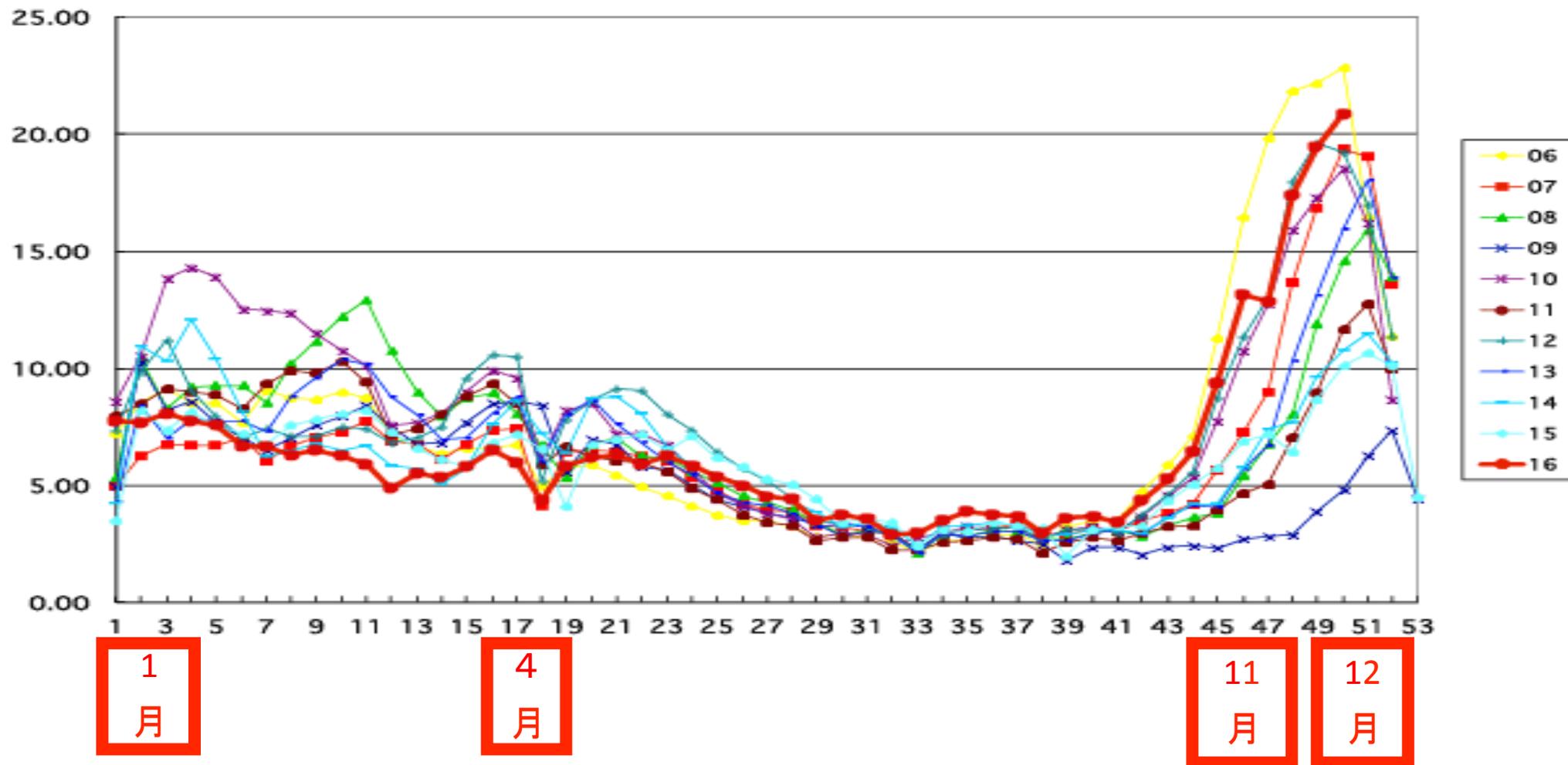
山陰労災病院

感染管理認定看護師

佐藤忍

# 感染性胃腸炎の発生状況

定点当たり報告数の推移

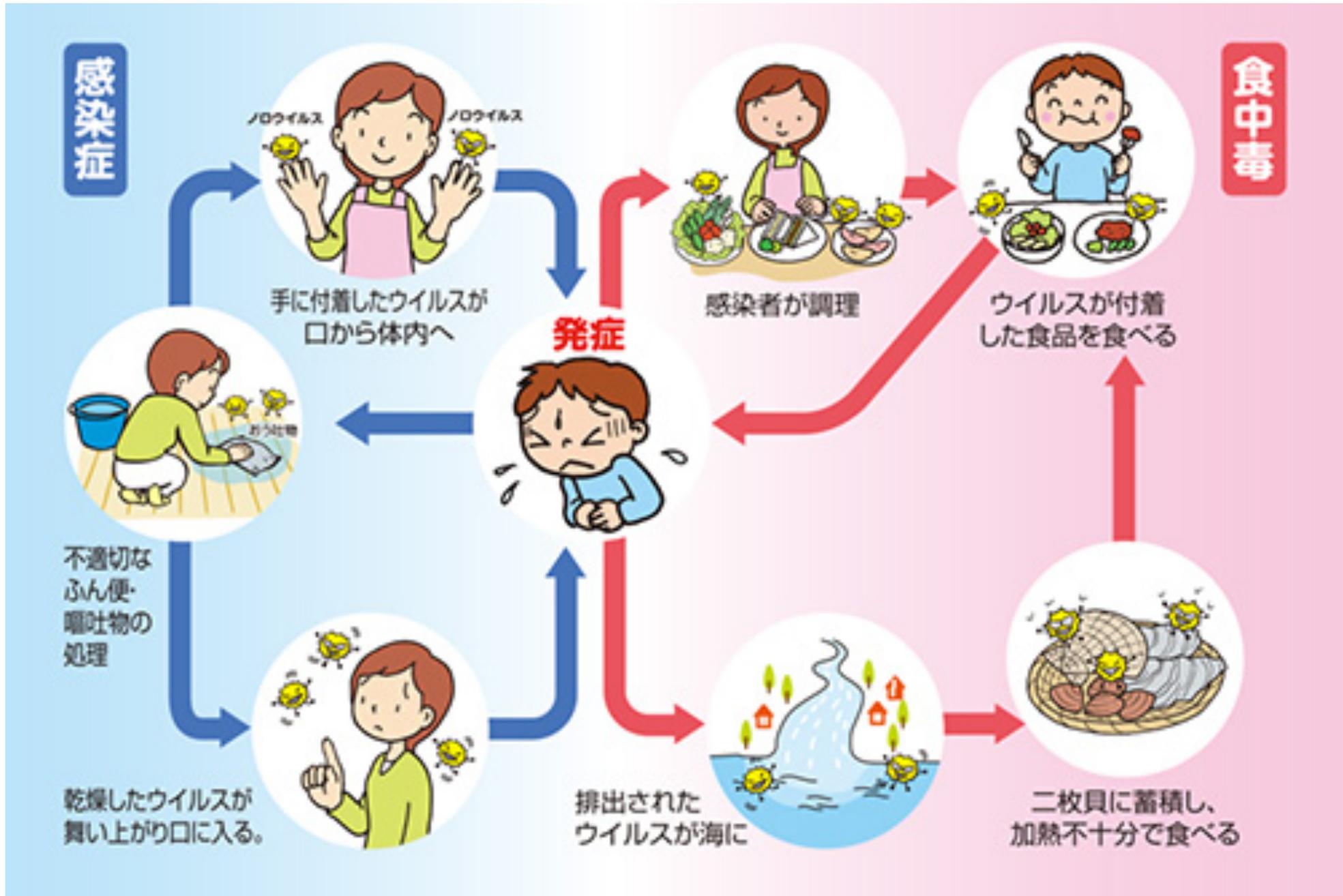


1  
月

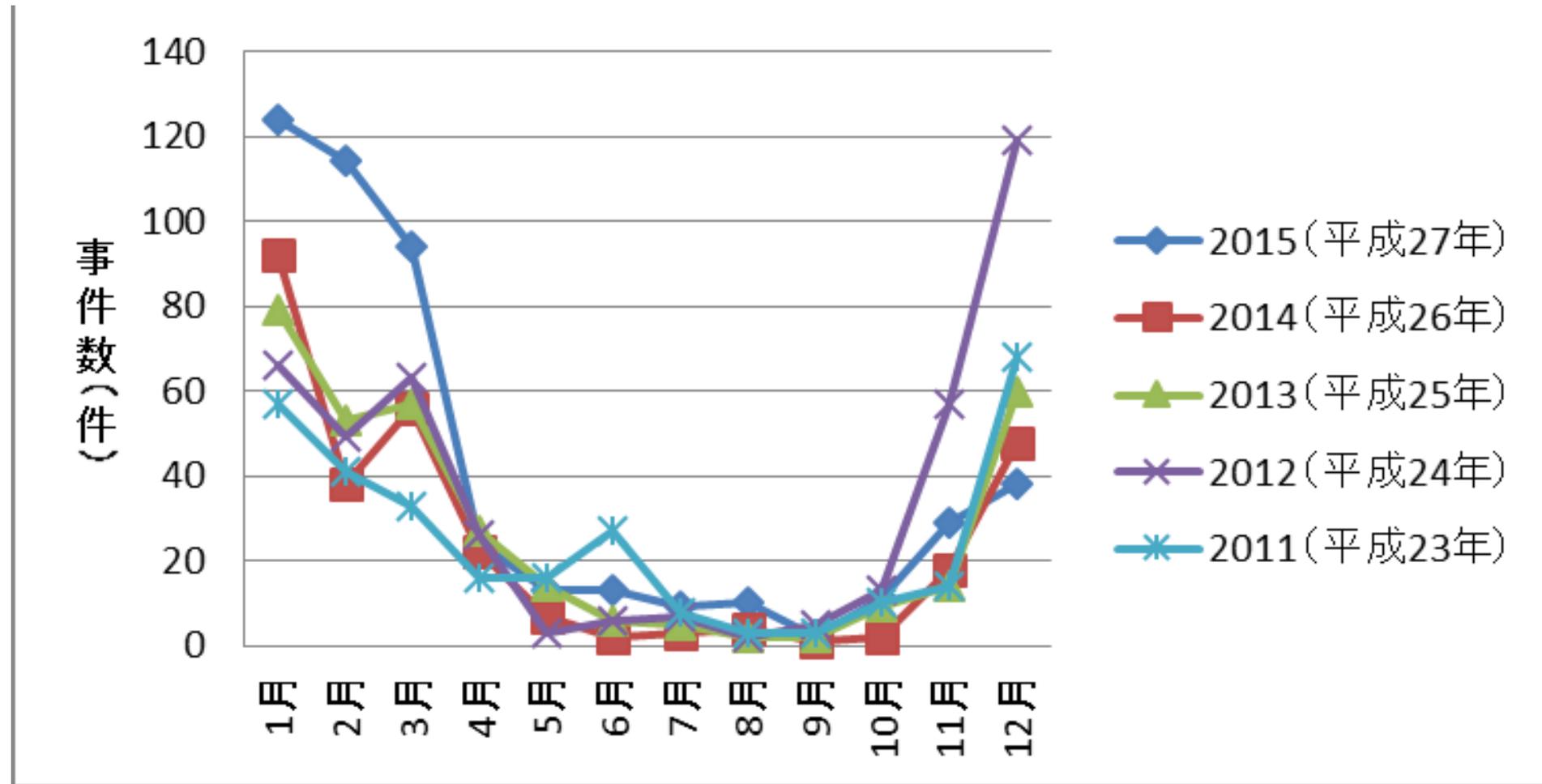
4  
月

11  
月

12  
月



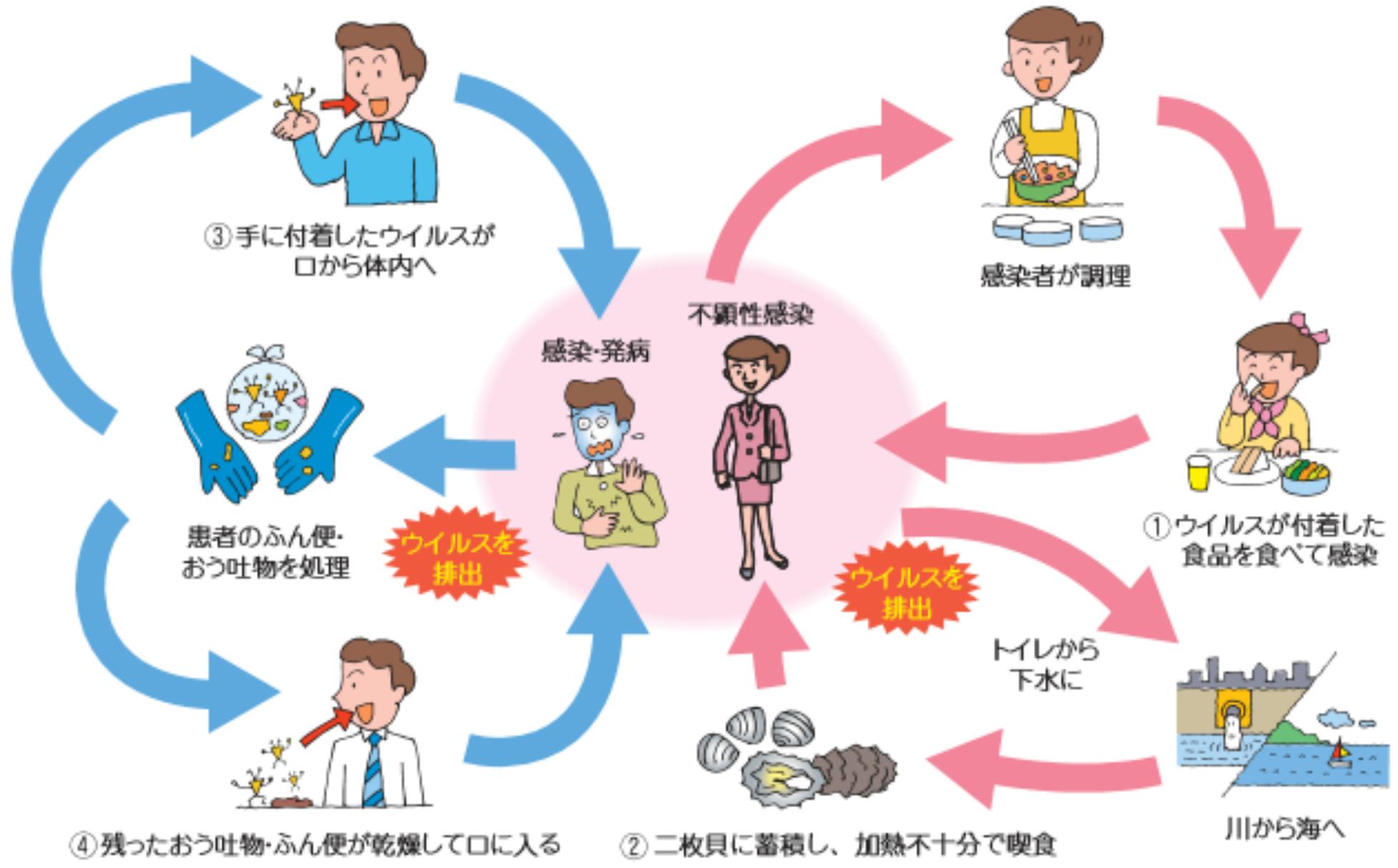
# ノロウイルスが原因の食中毒発生件数(月別)



# ノロウイルスの特徴

- ノロウイルスは 胃酸の中で生き延び、アルコール消毒にも抵抗性がある
- 環境中や食品中で長く生き延びるが増殖はできない
- ヒトの腸管の中のみで増殖する
- 感染力が非常に強く、ノロウイルス10－100個で感染が成立する
- 感染経路が多岐にわたる

# 感染経路：ノロウイルスが口から入り腸管で増殖して感染する

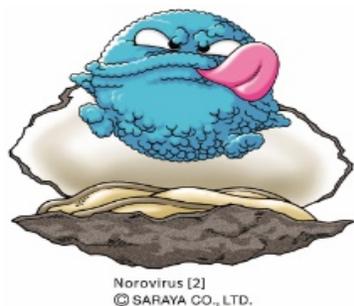


# ノロウイルス感染症の特徴



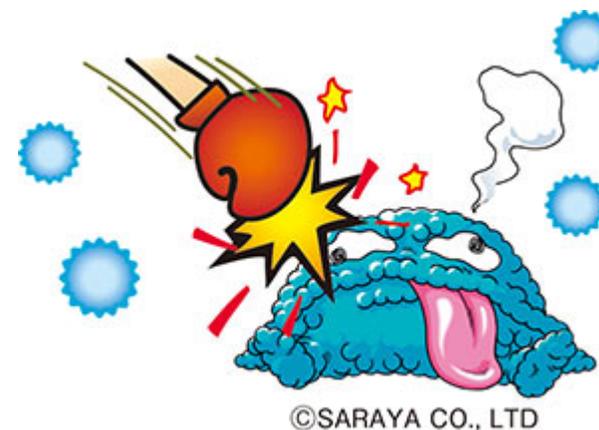
- 感染から発症までの潜伏期間: 1-2日
- 症状: 下痢・嘔吐・吐き気・腹痛
- 感染してもほとんどは症状は1-2日で治る
- 免疫が弱い乳幼児や高齢者が感染すると重症化しやすい
- 感染しても症状が出ない(発症しない)場合もある
- 多様な遺伝子型を示す(少なくとも33型)  
つまり・・・感染の既往があっても複数回感染しやすい

# 治療方法



- ノロウイルスの増殖を抑える薬はない
- 整腸剤や電解質の補給、点滴により脱水予防を図るなどの対症療法しかない

★重症になりやすい子供や高齢者は  
「ぐったりする」「唇が乾燥する」などの  
脱水症状があれば  
医療機関を受診してください



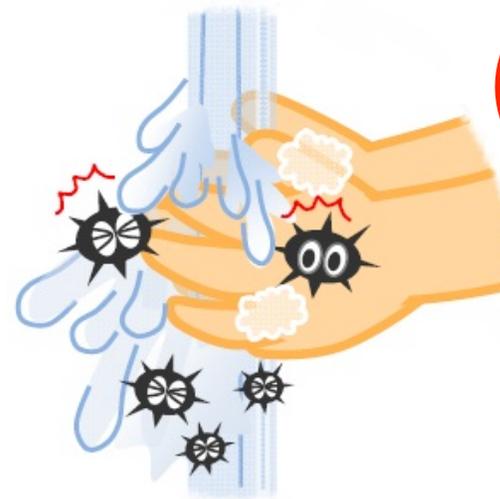
# 1. 手洗いの励行

アルコール手指消毒  
は効果が低い

- 石けんを使用し、しっかりと流水で洗い流す

## • 手洗いのタイミング

- トイレの後
- 調理の前
- 食事の前
- 便やおう吐物を処理した後
- 外出後



一番大切  
です！

## 2. 食品の十分な加熱

- ノロウイルスが含まれている可能性がある食品は  
中心部までよく加熱する



85～90℃  
90秒以上

### 3. 消毒

- ノロウイルスに対しては
- 熱湯消毒または次亜塩素酸ナトリウム消毒が必要

熱湯消毒  
85℃  
60秒以上



調理器具・シンク・  
ふきん・スポンジ  
等

### 3. 消毒

- ノロウイルスに対しては
- 熱湯消毒または次亜塩素酸ナトリウム消毒が必要

0.02%次亜塩素酸ナトリウム

0.1%次亜塩素酸ナトリウム



衣服や器具などの  
つけ置き・トイレの  
便座やドアノブ  
手すり等

便やおう吐物が  
付着した床や  
おむつ等

# 次亜塩素酸ナトリウムとは？



製品に書かれている使用方法をよく確認してください  
皮膚への刺激が大変強いためビニール手袋を使用してください  
揮発しますので換気をしてください  
腐食作用や漂白作用があります  
タンパク物質が残っていると消毒効果が弱くなります



# 消毒薬の作り方

## ペットボトルを使った薄め方

塩素濃度5～6%の  
塩素系漂白剤を使って



500ml  
(約50倍)

0.1%  
(1000ppm)  
塩素濃度



2リットル  
(約200倍)

0.02%  
(200ppm)  
塩素濃度

ペットボトルのキャップで2杯(約10ml)

# 4. ふん便・おう吐物の処理

## ※ノロウイルス対策セット※

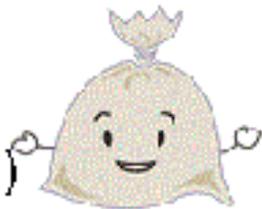
使い捨て手袋 (軍手は×) マスク (ウイルスを吸い込まない為)



新聞紙・ペーパータオル・布等  
(拭き取り用に捨てるもよいもの)



ビニール袋  
(処理したものを捨てる)



エプロン等



次亜塩素酸ナトリウム  
(塩素系漂白剤)



バケツ  
(できれば専用で)



使い捨てマスク

使い捨て手袋

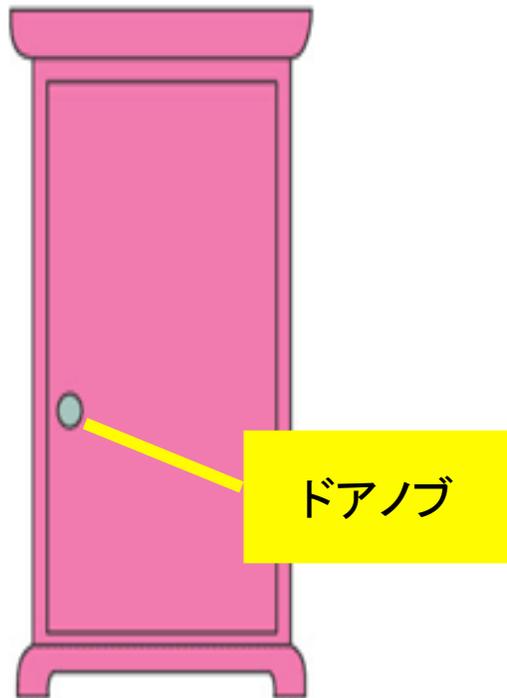


← エプロン

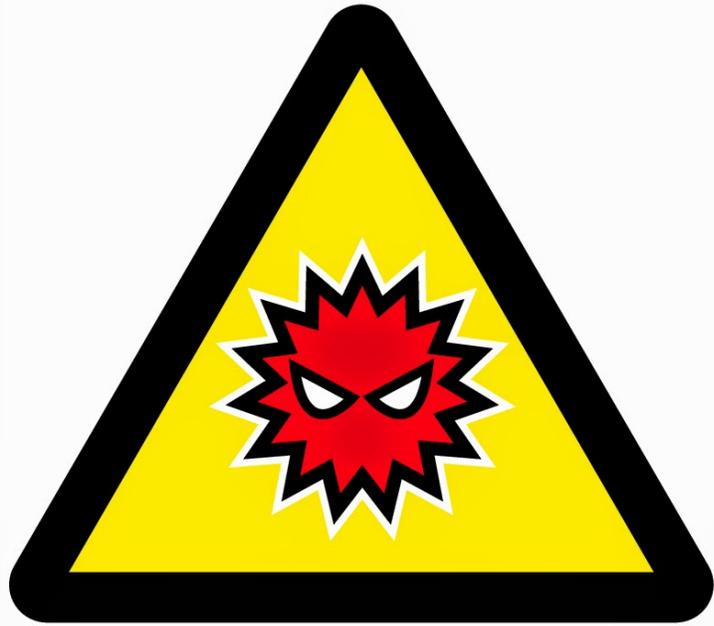
# 4. ふん便・おう吐物の処理



# ノロウイルス対策としてトイレ消毒する場所



## 4. ふん便・おう吐物の処理

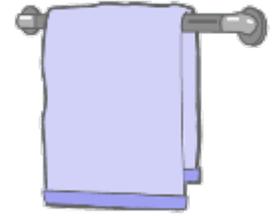


**危険ウイルス  
しっかり手洗い**



## 5. 家族がノロウイルスに感染したら

- 手洗いが大切！
  - ・ タオルは共用しない
  - ・ 個人ごとかペーパータオルを使用する
- 汚物が衣服についたら汚染した衣類はすぐにビニール袋に入れ  
消毒後洗濯または廃棄する
- 症状があるときは食器を共用しない。



## 5. 家族がノロウイルスに感染したら

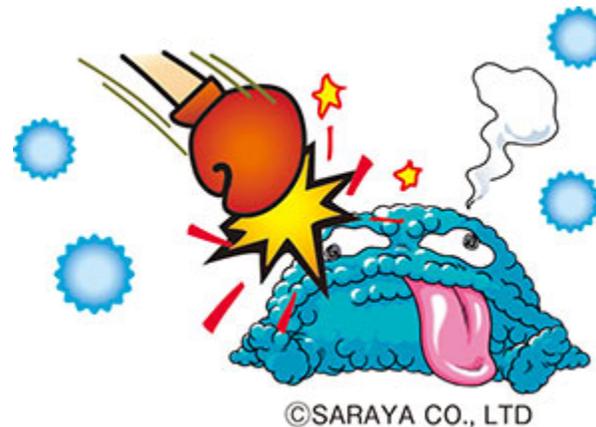
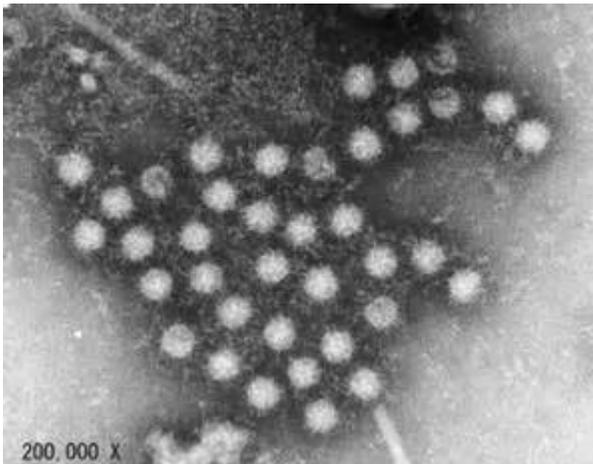
- 下痢をしてる家族のお風呂
  - ・ 一番最後に入浴し湯船につかるときはおしりをよく洗ってから
  - ・ 風呂の水は毎日替え、浴槽、床、椅子、洗面器は掃除をする
- トイレはこまめに掃除をする
- トイレの蓋をして水を流す
- ユニットバスの場合、歯ブラシを置きっぱなしにしない



# 注意！ ウイルス排出期間があります



- ノロウイルスは、症状が治まってからも、1カ月程度は排便と一緒に排出されます
- 排出期間は特に手洗いと、こまめなトイレ消毒をしてください



# 手洗いが上手にできない箇所



# さあ、みんなで<sup>て</sup>手をあらおう!!

①

水で手を  
ぬらして



②

せっけんを  
手にとって



③

あわ立て  
ブクブク



④

手のこう  
モミモミ



⑤

ゆびのあいだ  
モミモミ



⑥

おやゆび  
クルクル



⑦

手のひら・ゆびのさき  
ゴシゴシ



⑧

手くび  
クルクル



⑨

しっかり  
ながして



⑩

きれいに  
ふいて



SARAYA

サラヤ HPより

© SARAYA CO., LTD.

## 主な感染経路を知ろう

ノロウイルスは「食中毒」と「感染症」の両方の側面を持ちます。対策をとるために、まずは感染経路をきちんと把握しましょう。

### ノロウイルスはヒト→ヒト感染が多く一人ひとりの取り組みが重要!



ノロウイルスの集団発生では、ヒト→ヒト感染事例の割合が50%を占めています。次いで食品媒介事例が27%ですが調理従事者から二次汚染を受けた食品を原因とする事例が多数を占めています。つまりノロウイルスの集団発生を予防するためには、ヒトからヒト、ヒトから食品といった多様な感染経路を断ち切る努力が必要です。

国立感染症研究所感染症情報センター 病原微生物検出情報  
ノロウイルス感染集団発生事例  
(2010/11~2015/16シーズン 2015年5月26日現在)