

東京都では、テレビ等の報道でもある通り、ノロウイルス等の感染性胃腸炎が11月以降かなり増加しており、現在、流行警報発令がでています。八王子市では、まだノロウイルスによる学級閉鎖はでていませんが、注意が必要な状態です。ノロウイルスは感染力が非常に高く、ごく少量のウイルスでも口から体内に入ることによって感染します。ご家庭で、お子さんの健康状況に気をつけていただき、下痢、おう吐の症状が続く場合は、無理に登校させることがないよう、学校での集団感染を防ぐためご協力をお願いいたします。

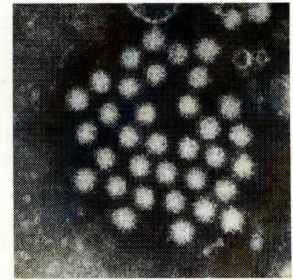
☆ 冬に流行する感染性胃腸炎にご注意 ☆

おなかにくる冬の風邪

冬の感染症といえば、インフルエンザと思われがちですが、ノロウイルスやロタウイルスなどによる感染性胃腸炎も冬季に流行します。吐き気、おう吐、下痢、発熱が主症状です。

人から人へ感染する場合と食品から感染する場合があります。

人から人への感染では、ウイルスが手などに付いて口に入る場合と吐物の飛散からうつる場合があります。



ノロウイルス

ノロウイルスとは人の小腸粘膜で増殖するウイルスで、主に11月から3月にかけて胃腸炎を起こし、また二枚貝などから食中毒を起こします。85℃で1分間以上の加熱を行えば、感染性はなくなるとされています。

感染予防のポイント

感染予防の最も有効な対策は手洗いです。トイレを使用した後、調理の前、食事の前には必ず手洗いをしましょう。石けんと流水で30秒よく手を洗います。

部屋やトイレで吐いた場合は、部屋の換気を十分に行いながら、おう吐物をふき取り、ふき取ったあとを塩素系消毒剤などで消毒します。おう吐物を処理する時は、マスク・ビニール手袋・エプロンを身につけ、処理後は石けんで十分に手を洗いましょう。

食中毒予防のポイント

食品を介した感染を防止するためには、手洗いを十分に行うこと、食品を十分に加熱することが効果的です。ほかにも、手指や調理器具などの洗浄・消毒を厳守する、生鮮食品（野菜、果物など）は十分に洗浄することなどに注意しましょう。

感染性胃腸炎にかかったら

下痢やおう吐が続く間は、脱水症状に注意してください。高齢者や子どもの場合、ぐったりする、唇が乾燥する、尿が濃くなるなどの症状が現れた場合はすぐに病院を受診しましょう。特に高齢者は誤嚥（おう吐物が気管に入る）により肺炎を起すことがあるため、体調の変化に注意しましょう。

吐き始めた3～4時間は何を飲んでも吐いてしまいます。しばらくすると吐き気がおさまってくるので安静に努め、少しずつ水分補給をすすめましょう。