

感染性胃腸炎とは？

感染性胃腸炎は、子どものかかる代表的な感染症の一つです。感染性胃腸炎にはサルモネラ菌やカンピロバクター、病原性大腸菌などが原因となる細菌性胃腸炎と、ノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスなどが原因となるウイルス性胃腸炎があります。冬に流行することが多いのはウイルス性胃腸炎です。突然の吐き気・嘔吐で発症し、遅れて下痢が始まります。嘔吐はたいてい1日程度で治まり、下痢は数日間続きます。熱がでることやけいれんを起こすこともあります。

汚染された料理を食べた場合などに感染します。

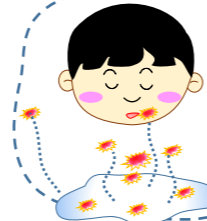


感染ルートは？

病原体が人の手を介して付着したスイッチやドアノブなどに接触することで感染します。



乾燥した嘔吐物から、空气中に拡散したウイルスを吸い込んで感染します。発症までの期間は1~2日ほどです。



ちょっと一言！① アルコール消毒は効果無し！

アルコール消毒は、ノロウイルスやロタウイルスなどには効果がありません。塩素系漂白剤（ハイターやブリーチなど）に含まれている「次亜塩酸素酸ナトリウム」が有効です。（皮膚には使えないので注意しましょう！）

☆消毒液の作り方（製品濃度が6%の場合）

・便や尿、嘔吐物が付着した床や物の消毒（0.1%）

水500mlのペットボトルにペットボトルキャップ2杯（約10ml）を入れます。

消毒液は噴霧せず、布などに染み込ませて拭きましょう。噴霧してしまうと、ウイルスが空气中に舞い上がったり、消毒液を吸い込んでしまったり、目や皮膚に付着する危険があります。



製品により、原液の濃度が異なるため、使用する製品の用法・用量に従いましょう。

ちょっと一言！② 油断大敵！下痢や嘔吐！ 受診も考えて！

子どもの嘔吐や下痢は珍しいことではありません。しかし、油断していると嘔吐や下痢で身体の水分だけでなく電解質（身体の中の塩分など）も失われ脱水症状に陥ったり、他の病気の発見が遅れたりすることもあります。

子どもの様子がおかしいと感じたら受診し、医師に便の様子や嘔吐の回数などを伝えましょう。また、保育施設に通われている場合は、そのことも併せて伝えましょう。

感染をひろげないために！

家族に症状がある人がいる場合は、うつらないよう注意が必要です。

- ◎部屋の換気を十分行い、速やかに嘔吐物やおむつの処理、消毒をしましょう。（手袋、マスクを付けてすればさらに有効です。）
- ◎食事を作る時、食事の前、トイレの後などに限らず日常的に石けんでしっかり手を洗いましょう。
- ◎お風呂の水は毎日替えて、浴槽や風呂の床、洗面器、イスなども清潔に掃除しましょう。
- ◎下痢をしている場合は、最後に入浴しましょう。
- ◎タオルやバスタオルの共用はやめましょう。

脱水を起こさないように注意！

☆病原体そのものに対する治療法はありません☆

- ◎脱水を防ぎ、吐き気などの症状をやわらげる対症療法を行います。
- ◎乳幼児の場合、特に脱水を起こしやすいため注意が必要です。
- ◎脱水を起こすと、身体の中の水分だけではなく電解質（身体の中の塩分など）も失われます。

水分補給は気をつけて！

◎脱水を心配しすぎて、吐いた後すぐに水分を与えると、その刺激でまた吐くことがあります。

- ①最後に吐いてから1~2時間、何も飲ませずに様子をみます。
- ②吐き気が落ち着いているようなら、はじめはスプーン1杯程度の水分（湯ざましやお茶など）を与えてみましょう。
- ③吐かなければ乳幼児用イオン飲料、経口補水液などを5分~15分ごとに少しずつ戻して飲ませます。
- ④吐かないようなら1回に与える量を少しずつ増やしていきましょう。
※食べ物水分がとれるようになった後に、ゆっくり始めましょう。

無理に下痢を止めると・・・

無理に下痢を止めると、治るのが遅くなったり、かえって重症化したりすることがあるので、強い下痢止めは使用せず整腸剤を内服する場合があります。

下痢のある間は、おむつかぶれに注意しましょう。

症状がひどい場合や長引く場合は、医師の指示に従いましょう。

予防法は？大切なことは？

病原体を「つけない・増やさない・やっつける」こと

食事を作る時、食事の前やトイレの後には、石けんと流水でしっかり手を洗いましょう。生ものを扱った調理器具には注意が必要です。また、食品の中心部まで十分熱を通すようにしましょう。

手の洗い方

