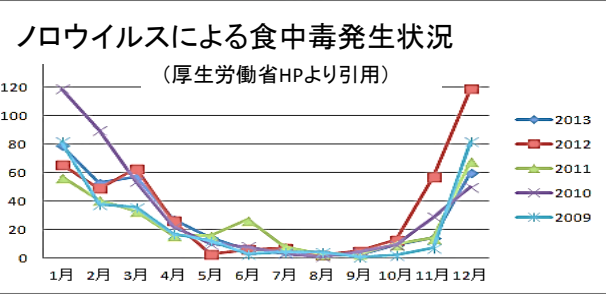


おう吐・下痢・発熱… お腹にくる風邪ウイルスにご注意!!

冬の感染症と言えばインフルエンザと思われがちですが、おう吐・下痢・発熱をといった“お腹にくる風邪”とよばれる**感染性胃腸炎**も12月から翌年1月にかけて流行します。



強い感染力を持つノロウイルスやロタウイルスが原因の場合が多く、**おう吐と下痢**によって急速に水分が失われ、**脱水症状**を起こして重症化することもあります。
1人の感染から家族全員が感染しないよう、しっかり予防しましょう。

感染予防のために心がける事

- 感染しないように、石けんと流水による手洗いを徹底する
- 二次感染に注意 (感染が他の人に広がること)

嘔吐したとき

すぐにふき取る

使い捨て手袋を使って、ペーパータオルや新聞紙で直ぐに取り除きます。ビニール袋にまとめて、空気が漏れないように密閉して捨てます。

乾燥させない

吐物の処理は、乾かないうちに素早く処理します。乾いてしまうと、ウイルスが空気中に漂い、他の人の口に入って、感染することがあります。

下痢したとき

十分な手洗い

排泄後は石けんと流水で十分な手洗い。タオルは別にするか、使い捨てペーパーを利用しましょう。

オムツは手袋使用

排便のお世話は使い捨て手袋を使います。オムツ交換の後には十分な手洗いをしましょう。



消毒する

ノロウイルスはエタノール消毒や逆性石けんの消毒薬では死滅しません。家庭用漂白剤溶液を使って消毒するか、85℃以上の熱湯に1分間浸す方法が有効です。

便器を清潔に

便座カバーは外しましょう。排泄の度に消毒液で便器・水洗レバー・ドアノブを拭きましょう。

消毒液の作り方

消毒液は、次亜塩素酸ナトリウムを使用します。家庭用で市販されている塩素系漂白剤(衣類用やキッチン用)を水で希釈して使用します。(ハイター・キッチンハイター・ブリーチなどの名称で販売されています)

【用意するもの】

50倍希釈液

- ＜おう吐物に直接使用する場合＞
- 500mlのペットボトル
- 家庭用塩素系漂白剤10ml (ペットボトルキャップ約2杯)
- ビニール手袋

250倍希釈液

- ＜床などを消毒する場合＞
- 500mlのペットボトル
- スプレーボトル
- 家庭用塩素系漂白剤2ml (ペットボトルキャップ約半分弱)



小さな子供さんの手の届かない所に保管しましょう

おう吐物の処理方法

- ① 換気をよくして、手袋・マスクを着用します。手袋は使い捨てビニール手袋が便利です。汚れものを捨てるビニール袋の口を大きく広げておきます。
- ② おう吐物は外側から内側に取り除き、広げないようにします。吐物は半径2m程度の広範囲に飛び散ります(高さ1メートルの高さからおう吐した場合)膝はつかず、足裏もしっかり拭きましょう。
- ③ 使用したペーパーなどは直ぐにビニール袋に入れます。消毒液(50倍希釈)をビニール袋に流し入れ、汚染物が浸み込むようにします。
- ④ おう吐物が付着した部分は、消毒液(250倍希釈)をしみこませたペーパータオルで浸すように拭きます。10分後に水拭きをします。カーペットなどの脱色が気になる場合は、消毒液は使わず当て布をしてスチームアイロンの蒸気を2分間吹きつけても効果があります。
- ⑤ 使用したマスク・手袋もビニール袋にいれ、空気が漏れないようにしっかりと縛り、早めに捨てます。手袋はなるべく外側を触らないように包み込むようにして取り外すのがコツです。
- ⑥ 手洗いを念入りします。もし、手に付着した場合でも、しっかりと手洗いをすることで二次感染は予防できます。
- ⑦ 汚れた衣類を洗濯する場合、先に消毒液に浸します。
 - ・水5Lに対して塩素系漂白剤約20ml(キャップ軽く1杯)の消毒液(250倍希釈)に衣類を入れます
 - ・水の量で漂白剤の量を加減します(10Lなら2杯)
 - ・約30分放置します。
 - ・消毒液を捨て、洗剤で通常に洗濯をします。

