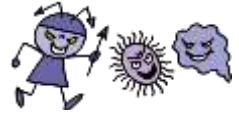


かんせんせいいちようえん と げり き

感染性胃腸炎(おう吐・下痢) に気をつけましょう



冬に流行する胃腸炎はほとんどがウイルス性で、ロタウイルスやノロウイルスなどによる感染がよく見られます。ロタウイルスは5歳未満の乳幼児が中心で、ノロウイルスは全ての年齢層で感染がみられます。ウイルスは非常に感染力が強く、また、症状が消えた後もウイルスの排泄は2~3週間ほど続くので、便やおむつの取り扱いにも注意が必要です。

主な症状

おう吐、下痢、腹痛、発熱など

潜伏期間

1日~3日



登所のめやす

おう吐、下痢などの症状が治まり、普段の食事がとれること

感染力が強い! ノロウイルス、ロタウイルス



- おう吐した吐物や便の中に1gあたり10万個~10億個のウイルスが含まれます。
- 感染力が非常に強く、10~100個程度が口に入ること感染します。
- アルコール消毒は効きません。
(ノロウイルスは乾燥しても、室温で20日以上生きていくといわれています。)



感染を広げないための消毒が大切



おう吐や下痢便の処理方法

他の人への感染を防ぐために速やかに処理しましょう。

【手順】

- ①まずは窓を開けて換気をしましょう。
- ②あれば使い捨て手袋やマスクを使用して感染物に直接触れないようにしましょう。
- ③汚れたものは、塩素系漂白剤(ハイター、ブリーチなど)で作った消毒液に30分以上浸けてから洗うか(衣服が色落ちする事があります)、85℃以上の熱湯で1分以上浸けてから洗いましょう。(洗濯は他の衣類と分けましょう。)
- ④おう吐物がついたものやおむつはビニール袋に入れ、密封して捨てましょう。
- ⑤じゅうたんなどの洗えないものは、スチームアイロンなどを使って加熱処理するとよいでしょう。
(1か所あたり2分程度の加熱が必要です。)
- ⑥最後はハンドソープを使ってよく手洗いしましょう。

~消毒液の作り方~
(1Lの水に対して塩素系漂白剤の必要量は?)

衣類等の場合 ペットボトルのキャップ 1杯	1L みず	おう吐物などを 直接処理する場合 4杯
-----------------------------	----------	---------------------------

家庭でのケアはどうする？

観察のポイント

何回吐いたのか、急に吐いたのか、せきをした後で吐いたのか、吐いたものはどのようなものなのかをよく観察しましょう。

ホームケアのポイント

- ◆吐いた後、うがいのできることもうがいをします。
(うがいのできない子は、おう吐物が口の中に残っていたらていねいに取り除きます。)
- ◆寝かせる場合は、おう吐物がのどに詰まらないように横向きにして安静にします。
- ◆おう吐して30分～60分ほど後、吐き気がなければ様子を見ながら、お茶や湯ざまし、経口補水液などの水分を少量ずつ摂ります。

こんな時は早く病院へ

- ◆おう吐の回数が多く、顔色が悪い。
- ◆元気がなく、ぐったりしている。
- ◆血液やコーヒーのかすのような物を吐いたとき。
- ◆おう吐のほかに、複数回の下痢、血液の混じった便、発熱、腹痛などの症状がみられるとき。
- ◆脱水症状※と思われるとき。

参考：保育所における感染症対策ガイドライン



下痢をしたとき

観察のポイント

便の状態(量、回数、色、におい、血液や粘液の混入はないか)などをよく観察しましょう。

ホームケアのポイント

- ◆お茶や湯ざまし、経口補水液などを少しずつこまめに摂ります。
- ◆おむつをしている子は、おしりがただれやすいので清潔にします。
- ◆食事の量を少なめにし、消化の良い食事にします。(腸をやすませてあげましょう)



★下痢のときに控えたい食品

- 脂っこい料理や糖分を多く含む料理やお菓子
- 香辛料の多い料理や食物繊維を多く含む料理



例) ジュース、乳製品、肉、脂肪分の多い魚、ごぼう、豆類、海藻、乾物、カステラなど

※食事内容については、医師の指示に従ってください。

赤ちゃんの場合、母乳やミルクはそのまま続けますが、様子を見ながらにしましょう。

こんな時は早く病院へ

- ◆元気がなく、ぐったりしている。
- ◆下痢のほかに、機嫌が悪い、食欲がない、発熱がある、おう吐、腹痛などの症状がみられるとき。
- ◆脱水症状※と思われるとき。

参考：保育所における感染症対策ガイドライン

※脱水症状とは?? こんな症状に注意!!

唇や舌が乾いている・皮ふの張りが少ない・目の周りがくぼんで見える
尿が半日以上出ない・尿の量が少なく色が濃い