

注意！感染性胃腸炎

いわき市立平第一中学校 保健室



感染性胃腸炎について：**腹痛・嘔吐・下痢があれば早めに受診を**

感染性胃腸炎が複数発生しています。吐き気、複数回の嘔吐や腹痛を伴う水溶性の下痢がある場合は、感染性胃腸炎を疑い、早めに受診をしてください。

潜伏期間・・・1～3日症状がある期間中は、便からウイルスが排出されるため感染の可能性がります。

感染経路・・・主として経口感染ですが、接触・飛まつ感染もあります。

症状・・・吐き気・嘔吐・下痢が主症状です。2～7日で治まりますが、脱水症状に注意をしなければなりません。

症状が良くなっても便の中から数週間から1カ月はウイルスや菌が排出されるものもありますから、注意が必要です。

※脱水症状予防・・・OS-1（またはスポーツドリンクを2倍に薄めて塩小さじ1を加えたもの）を常温で少しずつ時間をかけて飲むこと。

○予防対策○

① **石鹼での手洗い**・うがいの励行

② **十分な睡眠・栄養**

③ 体調が悪い時は受診をする

④ 患者の便・吐物で汚染された場所・衣類等は
次亜塩素酸ナトリウム（ハイター・ブリーチ等）による消毒

⑤ 生もの食事は避ける。

⑥ 調理器具の衛生管理・消毒



○消毒液の作り方○

汚物：水ペットボトル**500ml**に対してハイター等をキャップ2杯で薄めたもの

消毒：水ペットボトル**2L**に対してハイター等をキャップ2杯で薄めたもの

消毒液を作って、汚物の処理やドアノブ・机等をスプレーして消毒をすれば菌の増殖は抑えられます。