

冬の感染症を予防しよう！

寒くなると、感染性胃腸炎の原因となるノロウイルスやインフルエンザなどの活動が活発になります。集団で生活する場では、感染症予防対策に加えて、「感染を拡げないこと」が重要です。



| 感染症 | 主な感染経路 | 特徴 |
|--|-------------------|---|
| インフルエンザ 流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ) 風疹 (三日ばしか) など | 飛沫感染 | 咳、くしゃみ、会話などで飛び散った飛沫で感染する。 飛沫は半径1m以内に落下し、空中に浮遊し続けることはない。 |
| ノロウイルス 腸管出血性大腸菌など | 接触感染 (経口感染を含む) | 手指、食品、器具を介して感染する。 ノロウイルスは乾燥した汚物(便、嘔吐物)からウイルスが空気中を浮遊し、感染するので、空気感染もありうる。 |
| 結核 麻疹 (はしか) 水痘 (みずぼうそう) など | 空気感染 | 咳やくしゃみなどで、飛び散った飛沫を吸い込むことで感染する。 飛沫は空中を浮遊し、空気の流れによって、さらに飛散する。 |

手洗い

『手洗いは感染症予防の基本です。』



石けんには、ウイルスを殺す力はありませんが、ウイルスをはがしやすくします。泡立てて使いましょう。

- タオルは使いまわしはしないこと。自分専用のものか、ペーパータオルを用意しましょう。
- 便や嘔吐物処理の後、調理前・配膳前やトイレの後、外出から戻った後は手洗いしましょう。

感染源となる汚物の処理

嘔吐

こどもたちは室外へ！

嘔吐物処理セット準備

- ノロウイルスは、アルコール消毒はほとんど効果がありません。「次亜塩素酸ナトリウム」消毒液を使いましょう。

- ①床は0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染みこませたペーパータオルなどで覆うか、浸すように拭く。
- ②外側から内側へ包み込みながら、静かに拭く。同じ面ですると感染を広げるので、拭き取り面は折り込む。
- ③使用したものはすぐにビニール袋に入れる。0.1%次亜塩素酸ナトリウムを入れると効果的。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方 (原液が5%の場合)

0.02% 通常のおそうじ用
(床、壁、ドアノブ、手すりなど)
1リットルのペットボトル
キャップ 1杯弱 (5ml)

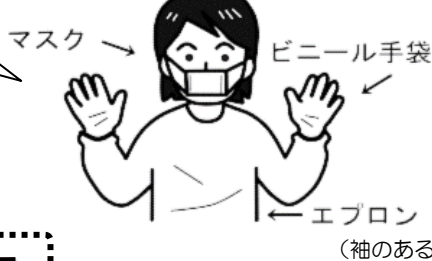


0.1% 汚染がひどい場所用
(便や嘔吐物がついたところ)
500mlのペットボトル
キャップ 2杯 (10ml)



ペットボトル使用時は飲み物と間違わないように！

使いすて



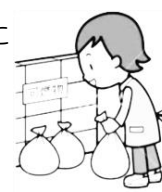
下痢便

①マスク、ビニール手袋、エプロン着用。(嘔吐処理と同じ)

②すぐにビニール袋に入れ、ナイロン袋で2重に密閉する。使用した手袋、エプロン、マスクもビニール袋に密閉する。



③戸外でこどもの手の届かないところに廃棄する。

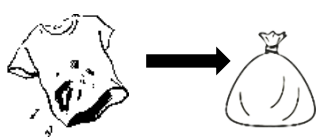


金属は腐食するので、10分後に水拭きをしましょう。

おもちゃや壁、ドアノブなどこどもの手が届くところも、消毒しましょう。

衣類

①すぐにビニール袋に入れ、密閉する。

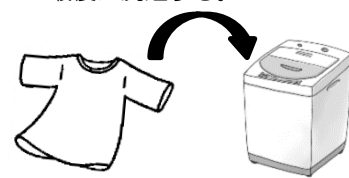


② 85℃で1分間以上、熱湯消毒するか、0.02%次亜塩素酸ナトリウムに30~60分間ひたす。



0.1%次亜塩素酸ナトリウムは色落ちするので注意！

③消毒後、ほかのものと分けて、最後に洗濯する。



「子どもたちを感染症から守るために」第6版 参照

【咳エチケット】(他の人にうつさない)

- ・周囲にかからないように顔をそらす。
 - ・ティッシュなどで口や鼻を覆う。ティッシュはすぐに捨てる。(密閉できる袋や蓋つきのゴミ箱に捨てるのが望ましい。)
 - ・くしゃみや咳をおさえた手は手洗いをする。
- マナーとして、身につけましょう。

京都府感染症情報センター コメントより

感染性胃腸炎が増加傾向で、府内の一部地域では警報レベルを超えました。インフルエンザも増加してきており、早晚流行入りするものと考えられます。インフルエンザの患者さんは、10歳未満が約半数を占め、ついで10歳代と小中学生に多くなっています。今年検出されるインフルエンザウイルスは、A香港型、つぎに新型インフルエンザの頻度が高くなっています。いずれの型にしても予防対策に変わりはありません。手洗いと咳エチケットを心がけて下さい。

この時期の感染性胃腸炎の主な原因はノロウイルスです。手洗いといった対策の他、吐物や下痢便の処理の際にも感染予防策を取る必要があります。(平成29年12月14日更新)
<http://www.pref.kyoto.jp/idsc/>