

感染性胃腸炎の予防について

1 感染性胃腸炎とは

感染性胃腸炎とは、ウイルスや細菌など多種多様な病原体による感染症です。冬から春に多発する感染性胃腸炎のほとんどはウイルスによるもので、11月～3月にかけてはノロウイルスによるものが主に流行します。

2 症状

主症状は嘔吐、下痢、発熱です。

ウイルスは、患者が回復しても数日は糞便の中に排泄されます。

3 感染経路

病原体により異なりますが、主に経口感染です。

ウイルスによる感染性胃腸炎では、次のような感染が考えられます。

- ・汚染された食品を生、または十分な加熱をしないで食べた場合
- ・感染した患者の便や吐物などに触れた手等から口に入る場合
- ・感染した人の調理や配膳などにより汚染された食品を食べた場合

4 予防方法

感染性胃腸炎にかからないためには、基本的な衛生習慣を身につけることが大切です。食中毒の一般的な予防方法を守り、患者との濃厚な接触を避けましょう。

- ・手洗いとうがいを励行しましょう
排便後、患者の看病や介護後、調理の前、食事の前、外出から帰宅したときなど
- ・吐物などは適切に処理しましょう
ビニール手袋などを使用して処理し、汚染された場所は消毒（塩素系漂白剤で可）する
- ・食品は十分に加熱しましょう
二枚貝などの食品は、中心温度が85℃～90℃で90秒以上加熱する
- ・タオルは、患者との共用を避けましょう
- ・症状がある方は、食品の調理をできるだけ控えましょう
やむをえず調理する場合は、素手で食品を触らずに手袋や箸などを使用する