

# 感染性胃腸炎に注意しましょう！！

平成29年10月12日  
宮城県疾病・感染症対策室

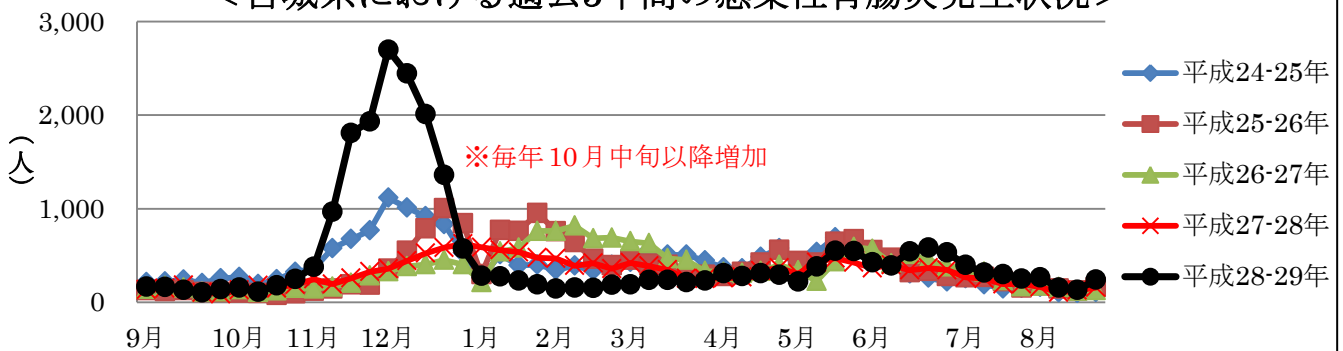
## 感染性胃腸炎とは

感染性胃腸炎とは「ノロウイルス」、「ロタウイルス」、「サポウイルス」、「アデノウイルス」等の微生物を原因とする胃腸炎の総称です。主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛で、健康な方は軽症で回復しますが、子どもや高齢者などが感染すると重症化することもありますので注意が必要です。

感染経路はほとんどが経口感染で、感染した人の便や嘔吐物に触れた手を介した場合や、調理者の手を介して汚染された食品を食べた場合等で感染すると考えられています。

秋から冬にかけて流行し、今シーズンは、既に集団感染が発生しておりますので、手洗いと消毒を徹底し、感染予防に心がけましょう。

＜宮城県における過去5年間の感染性胃腸炎発生状況＞



## 予防のポイント

① トイレの後、食事の前、調理の前などに、石けんと流水で手を洗いましょう。感染後、下痢症状がなくなっても1ヶ月程度ウイルスが排泄されるので、注意が必要です。

② 食品は十分に洗い、中心までよく加熱（中心部が85℃～90℃で90秒以上）しましょう。調理器具は、その都度洗剤で洗い、熱湯等で十分消毒しましょう。



③ 下痢などの症状が見られる場合には、できるだけ浴槽に入らず、掛け湯かシャワーで済ませましょう。バスタオルや手ふきタオルは共有せず、個別のものを準備しましょう。

④ 吐物や便などは、使い捨てのマスクや手袋を着用し、飛び散らないように処理し、次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。次亜塩素酸ナトリウムでの消毒は、ノロウイルスを失活化する方法として有効です。

## 関連するホームページ

- 厚生労働省「ノロウイルスに関するQ&A」 <http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/kanren/yobou/040204-1.html>
- 次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方 <http://www.pref.miyagi.jp/uploaded/attachment/378518.pdf>