



◆ノロウイルスによる感染性胃腸炎

毎年11月頃から翌年の4月にかけて、ノロウイルスの感染を原因とするおう吐・下痢症が流行します。特に保育園、幼稚園、小学校などの子ども達が集団生活を送っている施設では、内部人から人に感染し、爆発的に流行することがあります。ノロウイルス感染症は、牡蠣などの2枚貝の生食による食中毒が有名ですが、保育園、幼稚園、小学校などで発生した集団感染の大半は、誰かがまずノロウイルスに感染し、施設内で人から人へ感染して拡がっていくというものでした。この人から人への感染力はきわめて強力です。

●症状

主な症状ははき気、おう吐及び下痢です。通常は便に血液は混じりません。あまり高い熱とならないことが多いです。小児ではおう吐が多く、おう吐・下痢は一日数回からひどい時には10回以上の時もあります。感染してから発病するまでの「潜伏期間」は短くて数時間〜数日（平均1〜2日）であり、症状の持続する期間も数時間〜数日（平均1〜2日）と短期間です。

●治療法

特效薬はありません。症状の持続する期間は短いですが、その間に脱水にならないように、できる限り水分の補給をすることが一番大切です。抗生物質は効果がありませんし、下痢の期間を遷延させることがあるので、ノロウイルス感染症に対しては通常は使用しません。その他は吐き気止めや整腸剤などの薬を使用する対症療法が一般的です。下痢が長びく

場合には下痢止めの薬を投与することもあります。最初から用いるべきではありません。

●予防するには

最も重要「流水・石けんによる手洗い」
帰宅時、食事前には、家族の方々全員が流水・石けんによる手洗いをを行うようにしてください。調理の前と後で流水・石けんによる手洗いをしっかりと行いましょう。
貝類をその内臓を含んだままで加熱調理する際には十分に加熱して調理し、貝類を調理したままな板や包丁はすぐに熱湯消毒しましょう。

●おう吐物・下痢便の処理

ノロウイルス感染症の場合、おう吐物や下痢便には、ノロウイルスが大量に含まれています。そしてわずかな量のウイルスが体の中に入っただけで、容易に感染します。放っておくと感染が広がりますので、早く処理する必要があります。処理後は、塩素系の消毒剤や家庭用漂白剤で消毒しましょう。ノロウイルスなどのウイルス性胃腸炎のみならず、サルモネラや腸炎ビブリオ、キャンピロバクターや黄色ブドウ球菌などの細菌性腸炎にも注意が必要です。これらは主に食中毒として発生します。調理前後や食事前には「手洗い」を励行し、食品の冷所保存を心がけ、長期保存は避けるなど、日常生活での予防を心がけて下さい。

感染症胃腸炎にかかったら

- ・水分をこまめにとり、水分不足（脱水症）に注意しましょう。
- ・特に、体力の弱い高齢者は水分と栄養の補給を十分に行い体力が消耗しないようにしましょう。強い下痢止めの薬は使用しないようにしましょう。
- ・症状がひどくて水分も摂れない場合には医療機関を受診して下さい。



【回答】穴埋め漢字・①種 ②変 ③間 ④展 ⑤確 クロスワード・バンシユウ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーション東青

〒030-0921 青森市原別三丁目4-12-105号

TEL017-736-1560

FAX017-736-1580

第 145 回 脳のトレーニング

■穴埋め漢字

マスに1字の漢字を入れて、
4つの熟語を完成させます。
※矢印の方向で作ってください。

①

異
↓
機 → → 子
↓
類

④

個
↓
進 → → 示
↓
望

②

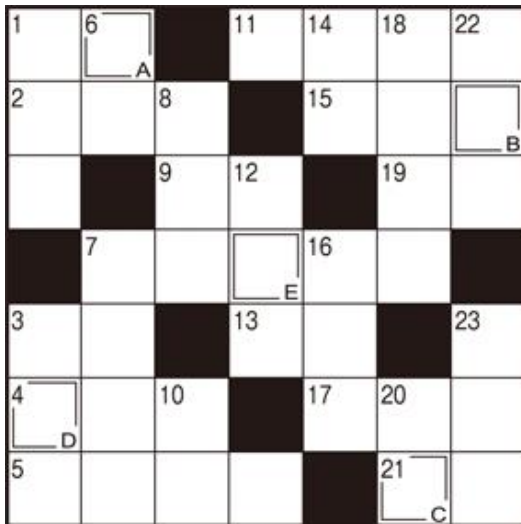
改
↓
大 → → 化
↓
換

③

合
↓
居 → → 食
↓
近

⑤

正
↓
明 → → 言
↓
執



大掃除



■クロスワードパズル



★タテのカギ

1. 武士が腰に差す物
3. パリやベルリン、バンコク、北京など
6. 8は2の4～です
7. 英語ではゼブラ。草食動物です
8. 月が出ていなくて真っ暗です
10. タンスなどに加工する軽い木材
12. 家族やごく近い人のこと
14. 遠くて近きは男女の～
16. モミジとも呼ばれる木
18. 10月は神無月、11月～
20. ネタやシャリなどから作ります
22. このぶんしょうにはつかわれていません
23. ヒトコブ～やフタコブ～は砂漠で使われる動物

★ヨコのカギ

1. アフリカの川や池にすむ動物。体も口も大きい
2. そろそろスタッドレス～に交換しようかな
3. まるで取り付く～もない様子だったよ
4. ～栽培はオーガニック農法とも呼ばれます
5. 鳥籠の中に取り付ける棒
7. 火事に備えて設置する物
9. 音はこれで聞き取ります
11. 落語を客に聞かせる職業
13. 頭をひねって絞り出します
15. 徳川将軍家は三つ葉葵（あおい）
17. 机のこと。ライティング～
19. 道が十字に交差している所
21. 漢字では羊の歯と書く植物



A B C D E