

はくゆう新聞

平成27年
冬号



冬場のおう吐・下痢に注意！

今回のテーマはノロウイルスについてです。

<ノロウイルスってなに？>

冬季を中心に流行し、**感染性胃腸炎**を引き起こす原因ウイルスです。感染力のとても強いウイルスで、集団生活の場では感染が広がりやすく二次感染が心配されます。

<症状は？>

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱です。通常これら症状が1~2日続いた後、改善しますが、重症になると脱水症状が現れます。また症状が軽快しても1週間ぐらいは便にウイルスが排泄されるため、その間も二次感染の防止に注意が必要です。

<どうやって感染するの？>

- カキなどの二枚貝を、生あるいは加熱が不完全なままで食べることによる感染。
- 感染者が十分に手を洗わないで、調理した食品を介しての感染。
- 感染者の吐物の飛沫や、便器から飛び散った水などに含まれるウイルスが、口に入ることで感染。
- 感染者の手を拭いたタオルや、触れたドアノブなどからの感染。

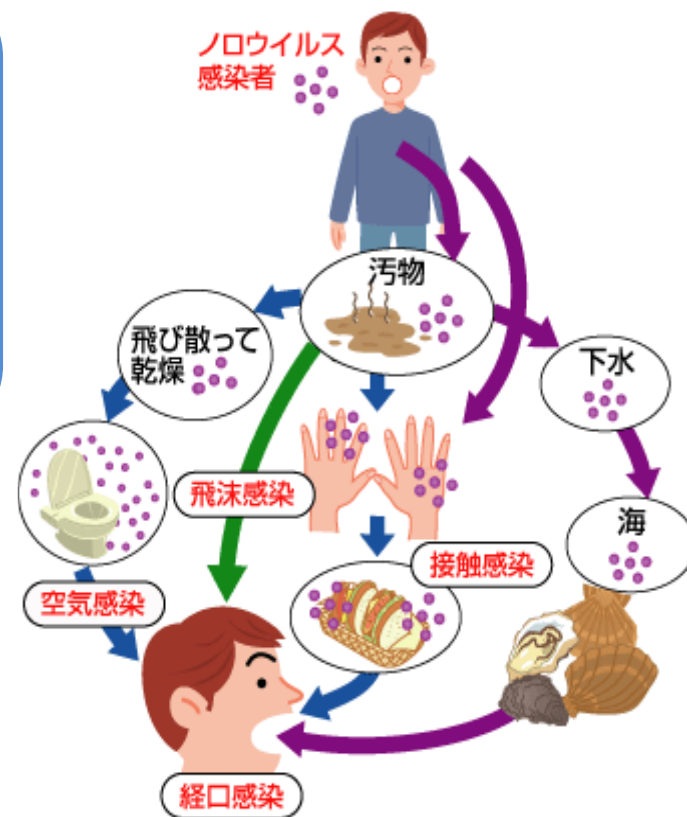
吐物、便に直接触れなくても感染します！



ドアノブの汚染



タオルの汚染



<発症した時には・・・>

このウイルスに効果のある薬剤はありません。水分と栄養を補給し**脱水症状に気を付けることが第一**です。透析患者さんは水分摂取を控えてしまうケースが多く見られますが、おう吐や下痢で失われた分だけ水分補給をするようにしましょう。

<予防のポイント>

帰宅後、トイレ後、そして食事前や料理をする前に、流水、石けんによる手洗いをすることが大切です。特に調理をする人は食品を介した感染に注意が必要です。もし感染が疑われたら、食品を扱うのは控えた方がよいでしょう。菌が手に付着しても洗い流せば感染を防げます。

手洗いをすれば感染を防げるのです。



おう吐物・便の適切な処理が大切です！

- ① 窓を開けて換気。
- ② 使い捨ての手袋（2重にする）、マスク、エプロンをつける。
- ③ 汚物が飛び散らないように、新聞などで覆いかぶせ、10倍に薄めた家庭用塩素系漂白剤を静かに浸し拭き取る。
- ④ ビニール袋に密閉して②、③で使用したものを捨てる。
- ⑤ 石鹸で丁寧に手洗いし、うがいをする。

<他の感染にも注意！シャント感染しない為には>

局所麻酔テープ（ペンレス・ユーパッチ）を使用される方は、テープを貼る前にご自宅でシャント肢を十分洗って下さい。（皮脂や細菌を除去するためです）



- ☆ 透析日には基本的に入浴を避けて下さい。もし入られる場合は防水テープを貼って下さい。
- ☆ 温泉やサウナなどの共同浴場に入った後も出る前にシャワーで十分に全身を洗いましょう。