

南東北グループ 医療法人財団 健貢会

総合東京病院通信

2017.10

Vol. 60

南東北グループ 医療法人財団 健貢会

総合東京病院通信 Vol.60

●平成29年10月発行

●編集・発行／総合東京病院

〒165-0022 東京都中野区江古田3-15-2

TEL. 03-3387-5421(代)

特集

冬の感染症〜ノロウイルスの怖さ〜



感染対策室
感染管理認定看護師
渡邊 恵奈

冬に多い感染症としてインフルエンザとノロウイルスが代表的な感染症です。感染力が強くすぐ他の人にうつってしまう病気です。そこで、今回はノロウイルスに関してのお話しと予防策をお教えします。

1. ノロウイルスとは

ウイルスが原因で起こる感染性胃腸炎です。1年を通して発生しますが、先ほどもお話ししたようにノロウイルスは特に冬に流行します。ノロウイルスは成人も含め全年齢にみられます。特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。また、長期免疫が成立しないため何度もかかります。原因ウイルスであるノロウイルスは小腸粘膜で増殖し、乾燥や熱にも強く長期間生存が可能なウイルスです。そのため、少量のウイルス(10～100個)でも感染・発症します。

2. どこから感染するの？

ノロウイルスは主に経口感染(口からの感

染)でノロウイルスに汚染された二枚貝(主に牡蠣)などを接触することで感染します。また、二次感染で多いのは感染者の便や嘔吐物に触れた手で取り扱う食品などを介して起こることもあります。

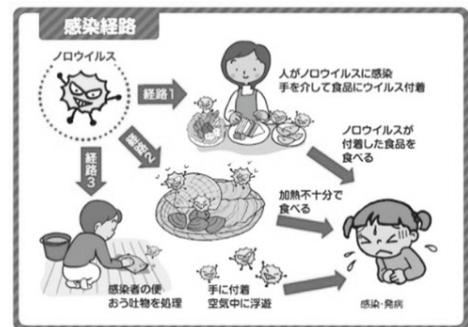


図1

3. どんな症状？

ノロウイルスは体内に入った後、「腹痛・下痢・吐き気・嘔吐」の症状を引き起こします。潜伏期間は12～48時間です。激しい嘔吐もしくは吐き気が起こるのが特徴です。発熱は37℃～38℃の軽度で、大人では吐き気や腹痛の症状が強いとも言われています。

通常であれば、発症後1～2日間で症状は治まりますが、重症化すると1日に数十回のひどい下痢を起こす人もいます。また、症状がない「不顕性感染」にも注意が必要です。ノロウイルスに感染したにも関わらず、嘔吐や下痢の症状がなく便からウイルスが排出されることを「不顕性感染」と言います。無症



PET-CT装置

PET-CTがんドック予約受付中

「PET-CTがんドック」 ※総合東京病院の来院申込者

通常料金 108,000円 ➡ 優待料金 **86,400円(税込)**

※「脳検査」を追加の場合は、108,000円(税込)になります。

詳しくは、予防医学課へ

☎03-3387-5462 受付時間/月～土(日・祝除く)
AM 9:00～PM 5:00

特集 冬の感染症～ノロウイルスの怖さ～

状であっても、身近な人に嘔吐や下痢の症状がある場合は自分自身も感染している可能性があると考え、手洗いをしっかりすることが大切です。

4. かかってしまった時はどうする？

ノロウイルスには有効な抗ウイルス剤がありません。そのため抵抗力の少ない乳幼児や高齢者が感染すると「脱水症状」を起こす場合があります。水分を摂るなどして脱水症状を起こさないようにしましょう。口にしても吐いて全く水分が摂れなくなった場合は、必ず医療機関に行き、点滴を行うなどの治療が必要です。また、下痢がひどいからと言って下痢止めを服用するとウイルスが腸内に溜まり回復を遅らせることがありますので注意が必要です。

乳幼児や高齢者は吐物によって「誤嚥」する場合がありますから注意しましょう。

5. 適切な汚物の処理方法

汚物にはノロウイルスが多く含まれています。感染を拡大させないためにも適切な方法で処理をしましょう。

1) 適切な消毒薬を作る。

A：吐物と接触面の消毒

作り方 ※図2を参照

- ・ペットボトル500mlを用意します。
- ・ペットボトルのキャップ2杯次亜塩素酸ナトリウム（ハイター）を入れ、その後水を入れます。

注）吐物・接触面の消毒の作り方に違いがありますのでご注意ください。

ポイント）

- ・吐物は濃い濃度（0.1%）の消毒薬を使用します。
- ・接触面（便座・手すり等）はやや薄い濃度（0.02%）を使用します。



図2

B：衣服やじゅうたん

次亜塩素酸ナトリウムを使用すると衣服やじゅうたんが色落ちしてしまいます。それではウイルスが消失しても使用できなくなる可能性があります。色落ちせずに消毒ができる方法をお教えします。

やり方 ※図3参照

- ・吐物をていねいに除去し水洗いをし、ある程度汚れを落とします。

注）飛び散らないようにすることが大切

- ・あて布をします。
- ・スチームアイロン（高温）を用意します。
- ・2分以上当てます。

色落ちしては困る
消毒方法は？

当て布をして
スチームアイロン（高温）を
2分以上当てることが大事



図3

2) 適切な防護具を使用して処理をする。

吐物や汚物を処理している際に感染する場合があります。そのため必ず自分自身を守ることが大切になります。

- ・マスク
- ・エプロン（使い捨て）
- ・手袋（使い捨て）

これらを着用し吐物や汚物の処理を行いましょう。



3) 自分自身が感染しないように予防する。

感染してしまうと本当に辛いですから日頃から予防することが大切になります。予防として最も効果があるのが、手洗いと手の消毒（手指衛生はアルコール剤で実施すること）が一番の予防になります。ノロウイルスは症状が治っても便から3～4週間ウイルスが排出されている場合があります。

そのため、トイレのあとや食事の前、帰宅時等は必ず手洗いと手の消毒を行いましょう。

