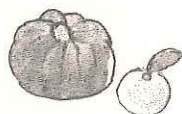


天寿荘ヘルパー便り



2016年 12月発行 246号
文責 天寿会 訪問介護課
金子由美子 <74-3101>

『ノロウイルスに注意！』



食中毒といえば、夏に多いと思われがちですが、実は、食中毒の中で1番患者数が多いのが「ノロウイルス」です。

☆主な症状・・・おう吐と下痢

・感染すると、24～48時間ほどの潜伏期間を経て感染症や食中毒を発症します。



・お腹がチクチク痛みだし、やがてこみ上げるような痛みや不快感、吐き気をもよおします。

・吐き気がおさまると今度は下痢が続き、水のような便が出ます。

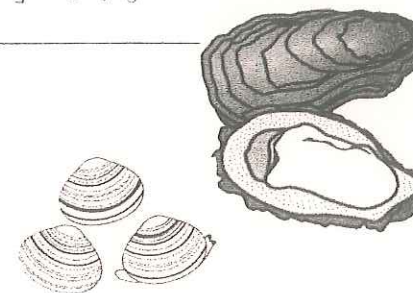


・症状は1～2日ほどの比較的軽い経過で終わりますが、免疫力の低下した乳幼児や高齢者の場合は症状が重くなったり、長引くことがあるので注意が必要です。

12月に入り、いよいよ寒さが本番となってきました。寒くなると空気が乾燥し、ウイルスは低温・低湿度を好むため、感染力を強めます。そこで、今月のテーマは「ノロウイルスに注意！」です。

☆予防

- ・牡蠣やアサリなどの二枚貝は海水中で内臓にノロウイルスが蓄積されます。十分に加熱処理(85～90℃で90秒以上)をしましょう。
- ・ノロウイルスは、多くの人が触れたり使ったりする物に付着します。それを触った人が二次感染を起こすので、指の間などもきちんと手洗いをして、予防しましょう！



※通常の石けんやアルコールでは十分に消毒できないので、熱湯または次亜塩素酸ナトリウム(台所用漂白剤など)を用いましょう。

液を布に染み込ませて拭き、使用後の布は、ビニール袋に入れて処分しましょう。

塩素消毒液の作り方

