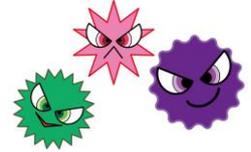


ほけんだより

ノロウイルス対策 特別号

奥田小学校 保健室

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、年間を通して発生しますが、特に寒い時期は流行が起こりやすく注意が必要です。ノロウイルスは感染力が強く、ノロウイルスに感染した人のおう吐物や便を触った手などを通じて他の人に感染します。そのため、集団の中で発生すると、多くの人に広がる危険があります。感染の拡大を防ぐためには、おう吐物を適切に処理し、手洗いを食事前などにしっかりと行うことが必要です。



ノロウイルスとは

感染力が強い

感染力がとても強く、10数個のウイルスが体内に入っただけで感染することがあります。

環境に強い

床やドアノブなどについたウイルスはなかなか死にません。乾燥するとほこりといっしょに舞い上がり、それを吸った人が感染することがあります。

熱に強い

さっと火を通すだけでは死にません。食品の中心温度が85℃以上になってから、1分以上加熱する必要があります。

消毒に強い

アルコールでは消毒できません。0.1%の次亜塩素酸ナトリウム液（ハイターやブリーチなどの塩素系漂白剤）での消毒が必要です。

ノロウイルスの予防

✦ 予防の基本は手洗いです。正しい方法で行ってください。

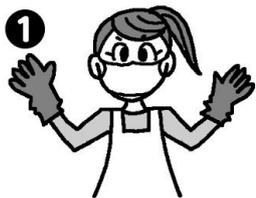
<p>① 手のひらで石けんを泡立てます。</p> 	<p>② 手のこも、こすって洗います。</p> 	<p>③ 指を一本ずついてねいに洗います。</p> 	<p>④ 両手をもむようにして指の間を洗います。</p> 
<p>⑤ 爪を手にくすりつけるように洗います。</p> 	<p>⑥ 手首を片方ずつ洗います。</p> 	<p>⑦ 石けんが残らないように、しっかり洗い流しましょう。</p> 	<p>⑧ 清潔なタオルやハンカチで水分をしっかりとふき取ります。</p> 

その他にも、窓をあけて換気をする。カキなどの貝は、十分に火を通してから食べる（湯通しではダメ）などに気をつけましょう。もし、おう吐した場合は大人を呼びましょう。

※ノロウイルスには消毒用のアルコールでは不十分です。



おう吐物の処理方法



① エプロンなどを^き着て、^{つかい}使い捨て手袋とマスクを^{ちやくよう}着用する。



② 紙や新聞紙などでおう吐物全体をおおう。



③ まんべんなく 0.1%のおう吐物処理液剤をひたす。



④ おう吐物は、おおった紙ごと静かに^{まじ}汚れを^{つつ}包みとる。



⑤ 跡を^とふき取り、0.02%のおう吐物処理液剤で^{さいご}ふき、最後に^{みず}水ふきする。



⑥ ふきとったおう吐物や、処理に使った紙、手袋などはビニール袋に入れて密閉して捨てる。

おう吐物処理液剤の作り方

原液 …ハイターやブリーチなどの塩素系漂白剤

0.1%・・・ 500mlのペットボトル1本の水にペットボトルのキャップ2杯の原液

0.02%・・・ 2Lのペットボトルの水にペットボトルのキャップ2杯の原液

※ペットボトルは飲料水と間違われぬように注意!!

衣類の消毒方法

① 衣類はビニール袋などに入れ周囲を汚染しないようにする。

② 85℃で1分以上、熱湯消毒するか、0.02%濃度の液剤に30～60分浸す。

③ 消毒後、他のものと分けて、最後に洗濯する。



お願い

腹痛・おう吐などの症状がある場合は、念のため、自宅で様子を見てください。

また、おう吐・下痢が続くと脱水症状をおこす心配がありますので、水分補給をし、医療機関での受診をおすすめします。

一度発症すると、症状が治まっても、2～3週間は便の中にウイルスが見つかることがあります。他の人に感染させる可能性があります。また、自覚症状がないまま、ウイルスを保有し、排泄している場合もあります。特にトイレ後の手洗いは、石けんを使って念入りにするように心がけてください。

なお、学校においておう吐物等で汚れた衣服については、二次感染を防ぐため、そのまま持ち帰らせますので、ご家庭で適切な処理をお願いいたします。