



ノロウイルスをはじめとする感染性胃腸炎と今週よりインフルエンザの発症者が出てきています。学校では職員室前の掲示板に学年ごとの感染性胃腸炎とインフルエンザの感染状況(欠席者数)を生徒にお知らせしていきます。

★インフルエンザと感染性胃腸炎



★ノロウイルスによる感染性胃腸炎

	<u>インフルエンザ</u>	<u>感染性胃腸炎</u>
原因	インフルエンザウイルス	ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなど
感染経路	飛沫感染、空気感染、接触感染	経口感染
主な症状	寒気を伴う高熱、筋肉痛、関節痛、全身のだるさ	腹痛、吐き気、嘔吐、下痢、寒気、発熱
潜伏期間	1～5日	1～2日
予防法	ワクチン接種、手洗い、うがい、マスク、換気	トイレ後、調理前、食事前の石けんでの【手洗い】
全身の痛み	強い	なし
出席停止期間	発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで。(登校許可証明書)	下痢、嘔吐症状がおさまった後、医師の許可があれば登校可。(登校許可証明書)
合併症	気管支炎、肺炎など	少ない



手を洗うことの大切さ!

風邪やインフルエンザ、感染性胃腸炎などの感染症の多くは“手”を介してウイルスが体内に侵入します。例えば電車やバスのつり革、階段の手すりなど様々な場所にウイルスが付着しています。それを触った手でそのまま食事をしたり、目をこすったり、鼻や口を触ったりすることでウイルスが体内に入ってきます。手洗いはあらゆる感染症予防の基本とされています。帰宅時・食事前・トイレの後はもちろん、運動後やせきやくしゃみの後にも手を洗う習慣を身につけましょう。「病気から自分を守る」・「他人への感染を防ぐ」、両方の意味でも日頃からこまめに正しい方法で手洗いすることが大切です。

インフルエンザ等感染症相談窓口

- ・ 静岡県 (健康福祉部医療健康局疾病対策課) TEL054-21-2986
- ・ 静岡市 (静岡市保健所保健予防課) TEL 054-249-3173

<感染経路>

- ①感染した人の便や吐物に触れた手を介してノロウイルスが口に入る。
- ②ノロウイルスを内蔵にとりこんだ、カキやシジミなどの二枚貝を生や不十分な加熱処理で食べた場合。
- ③感染した人が十分に手を洗わずに調理した食品を食べた場合。
- ④感染した人の吐物や便が乾燥して、ちりと一緒になって舞い上がったウイルスを吸い込んだ場合。

<予防のポイント>

- ①手洗いをていねいに。
- ②料理は十分に加熱する。
- ③吐物や便は次亜塩素酸ナトリウム(塩素系の漂白剤)を使い処理する。

<治療>

特別な治療法はなく、つらい症状を軽減するための対症療法を行います。嘔吐の症状は治まってきたら、水分を少しずつ補給し、安静にして消化の良い物を食べてください。※治ったと思っても体内に1～2週間はウイルスが残っています。タオルや飲み物の共用はしないこと。

