



高田病後児保育所「ぬくみ」 掲示板

【10月のテーマ】 感染性胃腸炎

高田病後児保育所スタッフより

季節の変わり目となる10月は、日中暑くなったり日によっては夜間冷え込んだりと、1日の気温の変化もあり、体調も崩しやすい季節になりました。これからの季節にご家庭で気をつけたい『感染性胃腸炎』についてご案内します。

☆「感染性胃腸炎とは？」

感染性胃腸炎は、細菌やウイルスに感染し、嘔吐・下痢・腹痛などの症状を起こし、時には熱がでることもあります。

原因となる細菌はカンピロバクター・病原性大腸菌・サルモネラ菌などがあり、それらの菌が付着した生または加熱不十分な肉や魚・卵などを口にすることで感染します。

またウイルスでは、ロタウイルス・ノロウイルス・アデノウイルスなどがあります。秋から冬場にかけてノロウイルスが特に流行します。カキなどの貝類から感染し、非常に感染力が強く、乳児から高齢者まで幅広く感染するのも特徴です。

基本的に特効薬というものはないため、脱水にならないようこまめに水分補給をすることが大切です。

☆「嘔吐した後の水分補給」

吐き気が強い場合は、何も与えず、吐き気が少し落ち着いたら、経口補水液、乳児の場合は母乳（ミルク）を飲ませましょう。5分ごとにスプーン1杯（5～10ml）ずつ飲ませ、3時間以上吐かなかったら自由に飲ませましょう。

（飲ませても良いもの）

経口補水液（商品例・・・OS1、アクアサポート、アクアライト ORS など）

イオン飲料水（商品例・・・ミネラルアクア、アクアライトなど）

（避けたいもの）

柑橘系ジュース類、乳製品（ヨーグルト、牛乳）

お茶、水、湯冷まし

☆「嘔吐した後の処理」

ノロウイルスやロタウイルスに感染した人の糞便や嘔吐物やその周囲約半径2mには、大量のウイルスが含まれていますので、その処理には十分注意する必要があります。

（準備） 使い捨てマスク 使い捨て手袋 使い捨てエプロン ビニール袋 キッチンペーパーあるいは新聞紙 うすめた塩素系漂白剤 [水 500 mlに塩素系漂白剤 5 ml(ペットボトルキャップ 1 杯)]

- ① 吐物を取り除き、その後キッチンペーパーなどでかぶせてうすめた塩素系漂白剤をかけ、拭き取りましょう。
- ② 拭き取ったものは、ビニール袋に入れ密閉し、捨てましょう。
- ③ 服に吐しゃ物がついたときは、85℃以上の熱湯に2分以上ひたしてから洗濯しましょう。
- ④ 換気や手洗い、うがいを忘れずにしましょう。

参考文献：白石 康夫、ママ&パパに伝えたい 子どもの病気ホームケアガイド 第5版、医歯薬出版株式会社、2020.18p

