

ほけんだより

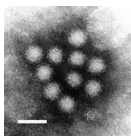


平成 29年 12月 6日
島本町立第一中学校
保 健 室

～今年もそろそろ気になる季節になりました～

ノロウイルスに注意！！

◆ノロウイルスとは？



秋から冬にかけて流行する感染性胃腸炎の主な原因となるウイルスです。とても感染力が強く、非常に少ない量でも感染することがあるといわれており、11月くらいから増え始め、1月くらいにピークを迎えるといわれています。

◆潜伏期間・症状

★潜伏期間：通常1～2日

★症 状：下痢・嘔吐・吐き気・腹痛・発熱などで、通常1～3日症状が続く



◆感染経路

★ノロウイルスに汚染された食品（特にカキなどの二枚貝類）や飲料水を食べたり飲んだりした場合

★感染した人の便や吐いたものがきちんと処理されず、手などを介して口の中に入った場合

感染を予防するために



+



★手洗い・うがいをする

トイレの後、料理をする前、食事の前、外出先から帰宅したときなどは、石けんをよく泡立てて、手の指から手首までていねいに洗いましょう。プラスうがいもしっかりとするようにしましょう！

★吐いたものや便は、すばやくきちんと処理する

乾燥させないようにすぐに拭き取り、塩素系漂白剤等で消毒します。処理するときは、使い捨てのビニール手袋やマスクを必ず身につけ、窓を開けて部屋の換気を行います。

→学校では、先生たちが処理をします

そして、もうひとつ大切なこととして・・・

規則正しい生活を心がけ、ウイルスに負けない体力をつけておくことも必要です。



～保護者のみなさまへ～

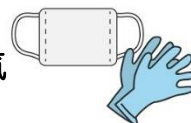
嘔吐物や便を処理される場合のポイント



準備物：家庭用塩素系漂白剤・使い捨てマスクと手袋
ゴミ袋・布・新聞・ペーパータオル・ペットボトルなど

*ノロウイルスの消毒には、消毒用アルコールや逆性石けんはあまり効果がありません。

①まず、使い捨てのマスクと手袋を着用します。また、窓を開けて換気に十分注意します。



②10倍に薄めた家庭用塩素系漂白剤を浸した布（新聞・ペーパータオル・トイレットペーパーなども可）で嘔吐物を覆い（できれば5分くらいおく）、外側から内側に向けて拭き取り面を折り込みながら静かに拭き取る。

家庭用塩素系漂白剤の希釈方法

一般的に市販されている家庭用塩素系漂白剤（「まぜるな危険！」の文字が目印）の濃度は約5%。それを利用した場合の方法です。（キャップ1杯が約25ml）

濃度 **10倍**

①水道水500ml
(500ml ペットボトル1本)

②家庭用塩素系漂白剤
50ml
(キャップ約2杯)



③拭き取りに使用した布などは、すぐにゴミ袋に入れ、10倍に薄めた家庭用塩素系漂白剤を入れ、消毒・密封して廃棄する。

④床などは、同じく10倍に薄めた家庭用塩素系漂白剤を浸した布などで拭き、消毒する。

⑤すべての処理が終わったら、石けんで手を洗い、うがいをしましょう。



* 汚れた衣服類(濃度50倍)

50倍に薄めた家庭用塩素系漂白剤を浸した布等で便や嘔吐物を取り除いた後、50倍に薄めた家庭用塩素系漂白剤に30分程度つけこみ、他の衣類とは分けて洗います。

ペットボトル5本分にキャップ約2杯
(2500ml) (50ml)

「嘔吐した＝ノロウイルスが原因」ではありませんが、学校は集団生活の場ですので、感染拡大防止の観点から慎重に対応したいと考えております。