感染性胃腸炎(特にノロウイルス)に 注意しましょう

(作成:茨城県保健福祉部)

例年、特に秋から冬にかけて感染性胃腸炎(ノロウイルス)が流行します。



ノロウイルスとは

- ・ウイルスが付いた食物を食べたり、手や指についたウイルスが口から体に入ることで感染します。また、飛沫感染などで人から人へ直接感染する場合もあります。
- ・ウイルスに感染すると、1~2日間の潜伏期間の後、下痢、嘔吐、吐き気、腹痛、発熱などの症状が現れます。
- ・通常は数日で回復しますが、体力のない子供や高齢者は重症化することがありますので注意が必要です。
- ・回復して症状がなくなった後も、しばらくの間はウイルスが便と共に排泄されます。



予防するには

- 外出後、食事の前、トイレの後などには必ず石けんで手を洗いましょう。
- ・ウイルスが口から入ることで感染します。しっかり加熱調理されたものを食べましょう。
- ・ 嘔吐物等には触らず、スタッフに片づけを頼んでください。
- ※アルコール消毒はノロウイルスには効きません。

※正しい手洗い方法は裏面をご覧ください

下痢・嘔吐・吐き気・腹痛などの症状がある方は、施設職員や巡回看護師・保健師に申し出てください。

また、できるだけ早く、医療機関で診察を受けてください。

