

避難されている皆さまへ

感染性胃腸炎に注意しましょう

例年、秋から冬にかけて感染性胃腸炎が流行します。

ノロウイルスを原因とする感染性胃腸炎が多いため、特に注意しましょう。

★ ノロウイルスとは

- ・ノロウイルスに汚染された食物を食べたり、手や指についたウイルスが口から体に入ることによって感染します。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。
- ・ノロ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。
- ・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るため、回復後も注意が必要です。

★ 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によって感染します。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、施設職員に片づけを頼んでください。

※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、避難所担当職員や巡回看護師・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。