

熱田小児科クリニック掲示板

11月のテーマ 『ノロウイルス ロタウイルス 』

(医)熱田小児科クリニック「ひまわり」スタッフ

嘔吐、吐き気、下痢、腹痛などの胃腸症状を主とする感染症です。

ノロウイルスとは…毎年冬の時期に多く発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスのことです。主に人の手指や食品などを介して感染し、嘔吐、下痢、腹痛などの症状を引き起こします。また、感染力が強い為、集団発生する可能性があります。

ロタウイルスとは…ノロウイルスと同様毎年冬の時期に多く発生し、ウイルス性胃腸炎の大半を占めます。1日に何度も白っぽい米のとぎ汁のような下痢をすることもあります。



治療法は？

- ・このウイルスに効果のある抗ウイルス剤はありません。
 - ・下痢と嘔吐で急速に水分が失われるので脱水にならないように、こまめに水分補給をすることが大切です。
(塩分、電解質を含むイオン飲料で水分補給をしましょう。)
脱水による電解質の乱れが原因で、けいれんがみられることもあります。
おしりのケアについて
(汚れたらすぐにシャワーや浴座できれいに洗い流しましょう。
おしりふきでこすると、刺激となってただれてしまうので気を付け、早めに軟膏などで対処してあげましょう。)
- 処理方法について
- ・便や嘔吐物を処理する時は、使い捨ての手袋を使用しましょう。
 - ・便や嘔吐物は、ペーパータオルなどで取り除きビニール袋に入れて捨てましょう。
(便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれているので、処理には十分に注意しましょう。ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、これが

口に入って感染することがあるので便や嘔吐物を乾燥させないことが重要です。下痢の症状がなくなった後も1週間は便に何兆個ものウイルスの排出が続きます。)

感染予防について

- ・手洗いを徹底しましょう。
- ・熱湯あるいは塩素系漂白剤や哺乳瓶用の消毒液などでしっかり消毒しましょう。
(市販の塩素漂白剤なら50倍から100倍に薄めて使用。)
- ・調理器具、おもちゃ、衣類、タオルなどは熱湯(85°C以上)で1分以上の加熱が有効です。



ロタウイルスワクチンを接種しましょう！

ロタウイルスワクチンの初回の接種は、生後6週から生後14週6日までの間に受けましょう。(2回目以降の接種は生後14週6日の前後いずれも接種できません。)

ロタウイルスワクチンには2種類(ロタテック、ロタリックス)あり、同様の効果があります。2つのワクチンは接種回数異なるので最初に受けたワクチンと同じ種類を接種してください。

接種後は腸重積症に気を付けましょう。様子が気になったらすぐに受診しましょう。

下痢の時のおすすめ食べ物は？

うどん、豆腐、白身魚、鶏肉、おかゆ、スープ各種、バナナ、りんご、煮野菜