

感染性胃腸炎について

令和元年12月度
衛生委員会 資料
産業医 西川菜摘

感染性胃腸炎とは

ノロウイルスなどの病原体を原因とする感染性の強い胃腸炎のこと。

■ 感染力⇒非常に強い

- ・少量でも感染する可能性が高い。

■ 排泄物内ウイルス量⇒非常に多い

- ・便1g(耳かき1杯量)に1億個以上、嘔吐物1gに100万個以上

■ 排泄期間⇒長い

- ・感染後、2週間～1ヶ月程度は便に排泄される為、二次感染のリスクが非常に高い。

■ 大きさ⇒極めて小さい

- ・手指のシワなどに、混入しやすい。

■ 耐性⇒比較的強い

- ・水道水に含まれる塩素や60℃程度の加熱では、死滅しない。



ウイルス流行の背景



どのように感染するのか

■ 接触感染

・汚染された便、吐物→**手指**で直接・間接接触→口へ

■ 飛沫感染

・乾燥した便や嘔吐物などの粉塵→**空気中**へ飛沫→口へ

■ 経口感染

- ・汚染された**カキなどの二枚貝**(生や不十分な加熱)等の**食べ物**→口へ
- ・汚染された**調理器具、調理者・配膳者の手指**→**食べ物**→口へ

なぜ貝から感染するの？

人の体内で増殖したノロウイルスが便排出され、生活排水として、海に流出します。

貝は海でエサとともにウイルスを取り込み、それを人が食べることで感染＝食中毒を起こします。そのため、貝の鮮度とウイルスの有無は関係ないといわれています。



食中毒

冬にも発生する食中毒

■食中毒患者数

第1位 ノロウイルス

- ・全体の約6割(1万人以上が感染)
- ・食中毒1件あたりの患者数は約30~40人
大きな食中毒になりやすい。

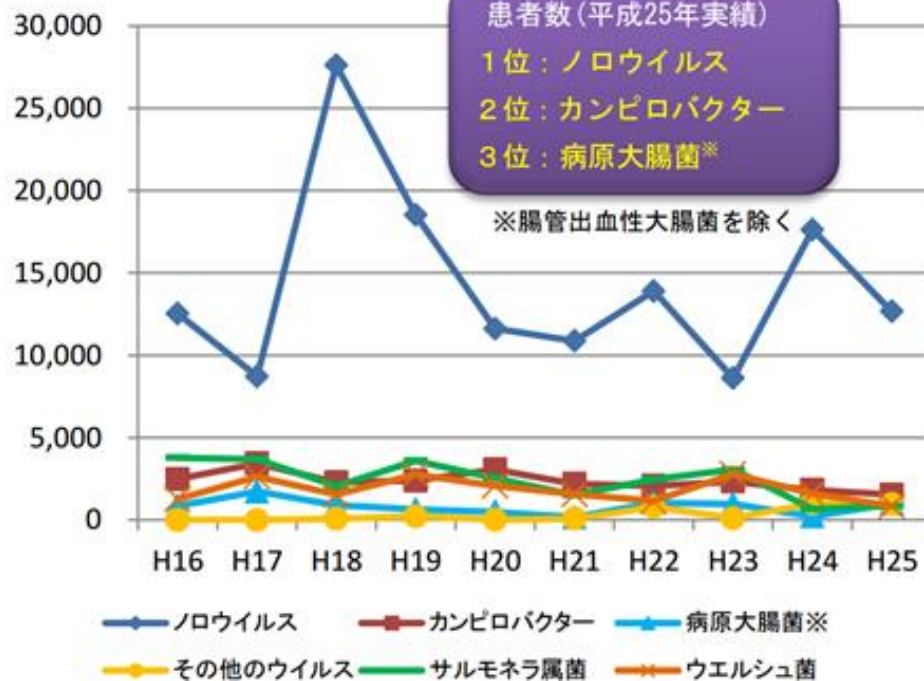
■発生時期

11~2月に多い

- ・低温でも長く生き延びる特徴があるため
全体の約7割が冬に発生！

■ノロウイルスによる食中毒の予防ポイント

- ・調理や配膳前後は、必ず手洗いをする。
- ・食器や調理器具は、洗剤で洗浄、できれば沸騰した熱湯で加熱消毒する。
- ・加熱を要するものは、85~90℃で90秒以上で、加熱する。
- ・生の食材と加熱済みの食材は、分けて調理または保存する。



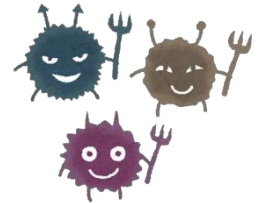
(出典:厚生労働省 食中毒統計)

潜伏期間と主な症状

■潜伏期間

18～48時間

*この間は症状がなくとも、周囲に感染させる可能性があります。



■主な症状

激しい嘔吐、下痢、腹痛、発熱(37～38℃程度 高熱は稀)など

*個人差あり

*症状が重なった場合、脱水などの恐れもあります。

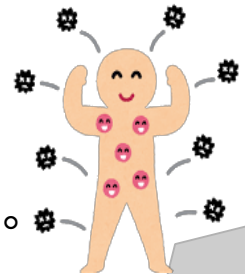
ウイルスを
体外へ排出



■回復期

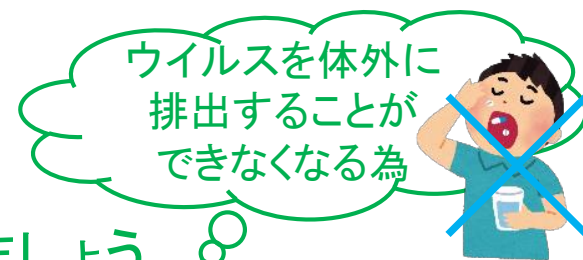
症状が約2～3日続いた後、自然に寛解します。

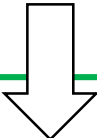
*回復後もウイルスの排出は続いている為、軽視せず注意しましょう。



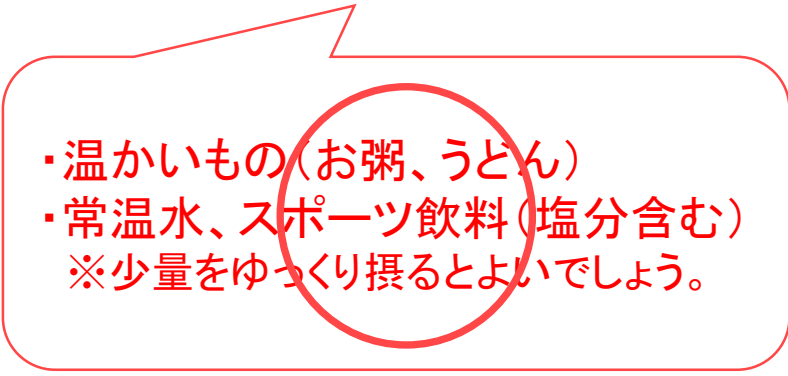
主な治療法

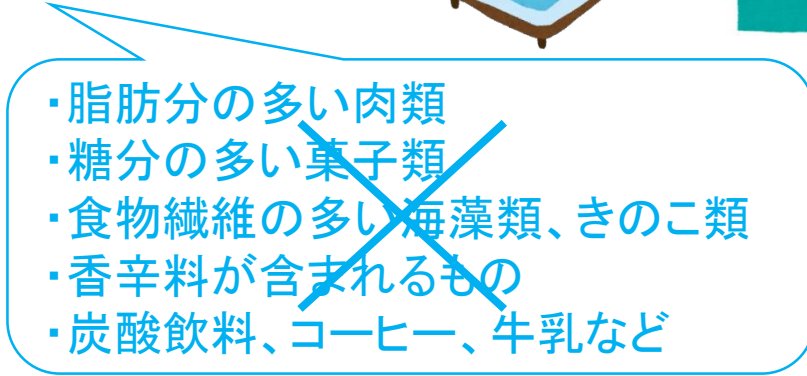
- 直接的な治療薬やワクチンは、ありません。
- 自己判断での服薬(下痢止め・胃腸薬)は避けましょう。
- 症状が回復しない、脱水症状などがみられる場合は、受診しましょう。
- 治療としては、**対症療法**が基本となります。



- 
- ・十分な休息や**睡眠**
 - ・こまめな**水分補給**(下痢や嘔吐などによる脱水予防)
 - ・**消化によい食事**(吐き気がある時は無理をしない)



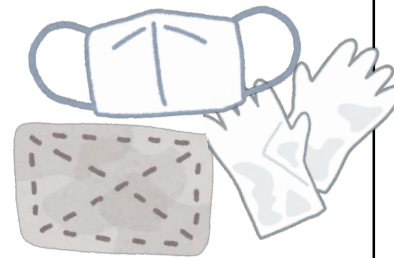
- 
- ・温かいもの(お粥、うどん)
 - ・常温水、スポーツ飲料(塩分含む)
※少量をゆっくり摂るとよいでしょう。

- 
- ・脂肪分の多い肉類
 - ・糖分の多い菓子類
 - ・食物繊維の多い海藻類、きのこ類
 - ・香辛料が含まれるもの
 - ・炭酸飲料、コーヒー、牛乳など

発生時に備えた対策 ～事前準備～

- 必要物品の準備と保管場所の周知等が、感染拡大の防止につながります。
- 物品の管理者（衛生管理者、産業保健スタッフなど）も決めておきましょう。

- ・使い捨てのマスク、手袋、ガウンまたはエプロン
- ・ペーパータオル、雑巾
- ・ビニール袋
- ・市販の塩素系漂白剤
 - * 希釈方法や注意点を記したもの含む
 - * P.9参照
- ・衛生的手洗い推奨の資料やポスター
 - * 人目につきやすいところに掲示



ポスターイメージ



※衛生的手洗い資料参照（厚生労働省HPよりダウンロード可）

<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzenbu/0000097268.pdf>

感染者が出た場合 ～処理について～

- 突然の嘔吐などにも、以下に注意して素早く対応しましょう。
- 感染者が使用したもの、嘔吐物が付着したものは、速やかに処理しましょう。

- ・マスクと手袋、ガウン(接触・飛沫感染防止)を着用し、作業する。
- ・嘔吐物は、ペーパータオルで周囲に飛び散らかさないよう拭き取る。
- ・付着部分やその周辺、大勢が触れる所は、塩素系消毒液(次項)で消毒する。



特に注意したい箇所

★ドアノブ ★パソコン(キーボード、マウス)



★トイレ(便座、手すり)



- ・床などは、消毒液を浸すように使い捨て雑巾で拭き、消毒する。
- ・汚染した衣類などを洗浄する場合は、他と区別する。
(85℃の熱湯に1分以上つける、高温乾燥機などの使用も◎)
- ・廃棄は、ビニール袋などに密閉して行う。
- ・作業後は、必ず衛生的手洗いとうがいをを行う。



感染者が出た場合 ～消毒について～

次亜塩素酸ナトリウム



- ノロウイルスを不活化(=死滅)させるもっとも有効な方法です。
- 市販の塩素系漂白剤を希釈して、代用できます。



漂白剤の製品濃度	感染者の使用物、嘔吐物などの付着物などの消毒や拭き取り		嘔吐物などの廃棄 (袋の中で廃棄物を浸すと◎)	
	漂白剤の液量	水の量	漂白剤の液量	水の量
12%	5ml	3L	25ml	3L
6%	10ml	3L	50ml	3L
1%	60ml	3L	300ml	3L

<使用する際の注意点>

- ・十分な換気(酸性の嘔吐物と混ざると、有害ガス発生の危険がある)
- ・ドアノブなどの金属を消毒した約10分後に、水拭き(金属を腐食させる特性がある)

消毒用エタノール



- ノロウイルスを減らす(死滅させることはできない)もっとも有効な方法です。
- 手指に付着した汚れを落とし、ウイルスを剥がれやすくする効果があります。

出社のタイミング

出社の目安



- 出社制限に関する定めは、法律上明記がありません。
- 嘔吐・下痢などの症状がおさまるまでは出社しないことが望ましいです。
- 基本的には、本人の体調や症状により医師の指示に従いましょう。
- 衛生的な手洗いを徹底し、周囲への感染拡大を防ぎましょう。
(可能であれば、定期的な検便検査などを行うとよいでしょう)

欠勤の基準

- 休業等の取扱いを労使で協議しておき、
内容は就業規則等に記載するなど、周知しておきましょう。

