



感染性胃腸炎に**注意!**

嘔吐、下痢を主症状とするノロウイルス・ロタウイルス等による感染性胃腸炎に注意しましょう。

感染性胃腸炎は、非常に感染力が強く、症状が治まった後も周囲に感染させる恐れがあります。

特に次のことに注意してください。



〈感染性胃腸炎の特徴〉

- 潜伏期間は1～3日程度です。
- 主として、経口感染で、病原体に汚染された水や食品、感染者の嘔吐物や糞便などの排泄物によって汚染された手やドアノブ、食物などを介して感染します。
- 嘔吐と下痢が主症状ですが、嘔吐のみ・下痢のみの場合、37～38℃の発熱、吐き気、腹痛など、症状のあらわれ方や程度に個人差がみられます。
- 2～7日で治りますが、発熱や嘔吐、下痢で脱水症状をおこすこともあります。
- 体調の変化(下痢等)があれば、早めに医療機関を受診しましょう。
- 消毒方法等は裏面を参考にしてください。

〈嘔吐物・オムツの処理〉

- 手袋(2双)、ガウン(又はエプロン)、サージカルマスクを使用します。
- 消毒液は0.1%次亜塩素酸ナトリウムを使用します。ビニール袋は二重にします。
- 嘔吐物から周りの人を遠ざけ、窓を開け換気します。
- 嘔吐物を消毒液に浸したペーパータオルで覆い、外側から内側に向けて拭き取ります。ペーパータオルと外側手袋を内側ビニール袋に廃棄し、消毒液に浸し、密封します。
- 汚染場所を消毒液に浸したペーパータオルで覆い、10分後、新しいペーパータオルで拭き取り、水拭きします。ペーパータオルと内側手袋を外側ビニール袋に廃棄し、密封します。
- オムツはすぐにビニール袋に廃棄し、消毒液に浸し、密封します。

〈感染性胃腸炎の感染予防〉

1. 手洗い・うがいを充分に行いましょう。

- ✓ 帰宅後、トイレ後、調理前や食事前などは、流水と石けんで手洗いを行いましょう。
- ✓ 手のひら、手の甲、指先・爪と皮膚の間、親指の周り、手首をしっかりと洗いましょう。
- ✓ 手を拭くタオルは、個人専用のものか、ペーパータオルを使用しましょう。
- ✓ 帰宅後など、適時、うがいも行いましょう。

2. 入浴時には体を洗ってから浴槽に入りましょう。

- ✓ 下痢がある場合は、乳幼児との混浴、バスタオルの共用を避け、最後に入るか、シャワー浴にしましょう。
- ✓ 風呂のお湯は、毎日取り替え、浴槽はよく洗い流しましょう。

洗い残しの多い部分

- ① 指先・爪と皮膚の間
- ② 指の間
- ③ 親指の周り
- ④ 手のひらのしわ
- ⑤ 手首



〈消毒方法〉

ノロウイルス・ロタウイルス等には、アルコール消毒剤、逆性石けん等が効きにくい。

[消毒剤] ■ 消毒には次亜塩素酸ナトリウムを用いて、汚染場所、トイレ周り、洗面所、テーブル、風呂等共有部分を拭きます。

■ 消毒有効濃度(希釈濃度)

<通常時> ドアノブ、手の触れる箇所、トイレ周り → 0.02%

<患者発生時> ドアノブ、手の触れる箇所 → 0.02%

トイレ周り、嘔吐物、排泄物、汚染場所 → 0.1%



■ リネンや衣類は、0.1%消毒液に30分浸け置き後、洗濯する。

また、色物は色落ちするため、85℃の熱湯に漬け置き後、洗濯する。

■ 汚れた下着等は水洗いし0.1%消毒液に30分浸け置き後、洗濯する。

- [注意!]
- ① 原液濃度を確認してから希釈してください。
 - ② 希釈した消毒液は、他の消毒剤と絶対に混ぜないでください。
 - ③ 消毒する際は手袋をします。
 - ④ 室内の換気を行います。
 - ⑤ 金属腐食性があるので、消毒後10分たったら水拭きします。
 - ⑥ 消毒後は流水と石鹼による入念な手洗いを行ってください。

次亜塩素酸ナトリウムの希釈液について

— ハイター(生産時濃度6%)を使用し、500mlペットボトルで作る場合 —

0.02%(200ppm)希釈液の作り方

購入から3ヶ月以内
のハイター使用

原液
2ml



水を入
れて
500ml

購入から3年以内
のハイター使用

原液
5ml



水を入
れて
500ml

0.1%(1000ppm)希釈液の作り方

購入から3ヶ月以内
のハイター使用

原液
10ml



水を入
れて
500ml

購入から3年以内
のハイター使用

原液
25ml



水を入
れて
500ml

- * 次亜塩素酸ナトリウムが目に入ると、希釈液でも失明のおそれがあります。十分な注意が必要です。
- * 手指消毒としてのご使用はぜったいにおやめください。
- * スプレー容器に入れて噴霧することはおやめください。スプレー時に霧状の液を吸い込むおそれがあります。
- * 希釈液は効果が持続しません。毎日、必要な量をつくるようにしてください
- * ご使用の際は手袋を着用し、十分換気を行ってください。
- * 希釈液を入れたペットボトルは、飲料と間違わないように明記してください。
(特に、高齢者・乳幼児施設では、充分注意し従事者以外のものが扱えないようにしてください。)

※ペットボトルのキャップ約半分が約2ml、軽く2杯が約10mlです。

令和7年2月

京都府丹後保健所(丹後広域振興局健康福祉部)
〒627-8570 京都府京丹後市峰山町丹波855
TEL. 0772-62-4312 FAX. 0772-62-4368