

あき乃だより



第39号

平成28年1月発行



意外と知らない
豆知識

新年あけましておめでとうございます。

本年もどうぞよろしくお願いたします。

この時期はインフルエンザだけでなくノロウイルスも流行します。

そこで今月号はノロウイルスについての豆知識を掲載して

おりますのでどうぞお役立て下さい。

<診療時間と担当医のご案内>

休診日：祝日（日曜診療も行っております。）

受付時間は診療時間の15分前までです。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~ 13:00	奥山	奥山	奥山 七海	9:30~ 七海	奥山 ※七海	奥山 (岩川)仲山	谷
14:00~ 18:00	奥山	奥山	奥山 七海	休診	奥山	休診	休診

【ご注意】混雑時は、場合により早く受付が終了することがございます。

※土曜日の岩川 Dr. は1月9日で退職となり、1月16日より仲山 Dr. が担当いたします。

※七海 Dr. の午前の診察は9:30~となります。

※第1金曜日は奥山 Dr. の1診となります。七海 Dr. の金曜日担当は第2~5週の金曜ですが、変更することもございますのでお問合せ下さい。

※日曜日は完全予約制です。当日でもお受けできますのでお電話にてご予約お願いいたします。

国立駅前あき乃クリニック（診療科目 内科・糖尿病内科）

TEL：042-580-1255 ホームページ <http://www.kunitachi-dm.com>

寒くなる11月から2月は感染性胃腸炎（ノロウイルス）の集団感染が集中する時期です。

特に今シーズンは今まで検出されていなかった遺伝子型（GⅡ.17）が加わり大流行する可能性もあっていわれております。

東京都福祉保健局によりますと今シーズンの患者報告数は10月18日から10月25日において4.6人/週（定点医療機関当たり報告数）となっております。昨シーズン同時期（4.1人）よりやや多い人数です。例年ですと患者数は11月以降に増加傾向にあります。

（12月14日から12月20日においては15.1人/週です。）

※シーズンとは当該年の9月から翌年の8月までの期間です。

※都内の保健所に報告があった事例のうち、同一施設で10人以上の患者が発生し、かつ病原体の検出が確認された事例の件数（食中毒と判断された事例を除く）

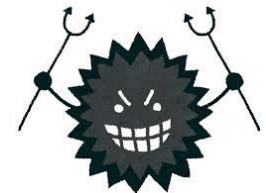
～感染性胃腸炎について～

細菌・ウイルスなどの病原体による感染症が感染性胃腸炎です。例年、秋から冬にかけて流行します。

～原因と感染経路～

原因となるウイルスにはノロウイルス、ロタウイルスの他に細菌や寄生虫もあります。

接触感染（菌が付着した手で口に触れること）、経口感染（菌に汚染された食品を食べること）の2種類です。



～症状～

ウィルスの種類によって異なりますが平均的な潜伏期間は1～3日ほどです。

ノロウィルスの症状は嘔吐、下痢、発熱、腹痛です。

大人のかたでは下痢が多いです。症状がある期間は平均24～48時間ほどです。



～治療～

症状に応じた対処療法がおこなわれて特別な治療法はありません。高齢者、乳幼児は下痢などで脱水症状を起こすことがありますので早めに医療機関（胃腸科・消化器科・救急など）を受診しましょう。特に高齢者は嘔吐物が気管に入ることにより肺炎を起こすことがあるため気をつけましょう。

嘔吐がおさまったらちょっとずつ水分補給をしましょう。

くれぐれも無理せずよくなってきたら消化のよい食事をするように心がけましょう。



～予防について～

ノロウィルスは予防接種がありません。

トイレのあとや調理、食事の前には石鹸をつけてしっかり手洗いしましょう。

便や嘔吐物を処理するときは使い捨ての手袋、マスク、エプロンを着用してください。

処理したら必ず石鹸をつけてしっかり手洗いしましょう。

牡蠣や二枚貝を調理するときは中まで十分に加熱してから食べましょう。



【参考：簡易なハイターなどの薄め方】市販の漂白剤：塩素濃度約5%の場合

0.02%・・・環境消毒※に使用

0.1%・・・嘔吐物、糞便が付着した場合の処理に使用

※家庭や施設において発生したときのトイレのドアノブ、手すりなど多くの人が触れる場所の消毒に使用

注意：次亜塩素酸ナトリウムは金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分ほど経過したら水拭きして下さい。また塩素ガスが発生することがあるので使用するときは十分に換気して下さい。

濃度（希釈倍率）	希釈方法
0.02%（200ppm）	2リットルのペットボトル1本の水に10ml（原液をペットボトルのキャップ2杯）
0.1%（1000ppm）	500mlのペットボトル1本の水に10ml（原液をペットボトルのキャップ2杯）