

あき乃だより

第51号

平成29年1月発行



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ひいたします。

この時期はインフルエンザやノロウイルスが流行しています。

そこで今月号は感染性胃腸炎・ノロウイルスについての豆知識を掲載しております。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 ※2診	奥山 ※2診	奥山 七海	七海	奥山 七海	奥山 仲山	谷 ※2診
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。

※火曜午前の2診担当医（1/17、1/31は仲山先生 1/10、1/24は七海先生）

※月曜午前、及び日曜日午前の2担当医は受付までご確認ください。

※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をお願いします。

肺炎球菌のワクチン接種おこなっております

国立市・国分寺市・府中市在住の対象の方は、予診票、または接種券が必要となります。

市の助成対象の方の接種、自費の接種、共に予約制となります。
詳細は受付までお問い合わせください。

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>

国立市・国分寺市の特定健診をおこなっています

予約制になっております。ご希望の方はお気軽に受付、またはお電話にてお申込みください。

冬季は大変混み合い、予約が取りにくく、また、予約でも待ち時間が長くなることがございます。ご不便をお掛け致しますが、ご理解のほど、なにとぞ宜しくお願い申し上げます。

自費の健康診断の料金が変わります

1月より、自費の健康診断の料金が変わります。

料金は項目により異なります。

詳細は受付、またはお電話にてお問い合わせください。



意外と知らない
豆知識

寒くなるとニュースでノロウイルスの集団感染の報道があり、みなさんも耳にする機会があるかと思います。

ノロウイルスを含め、ウイルスや細菌、寄生虫が原因で感染した症状をまとめて、感染性胃腸炎と呼びます。

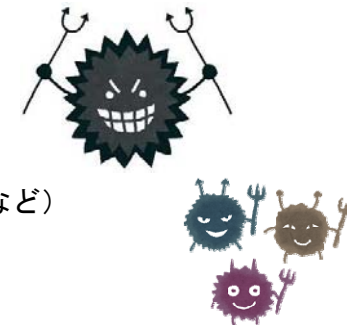
～感染性胃腸炎について～

原因

ウイルス（ノロウイルス、ロタウイルスなど）

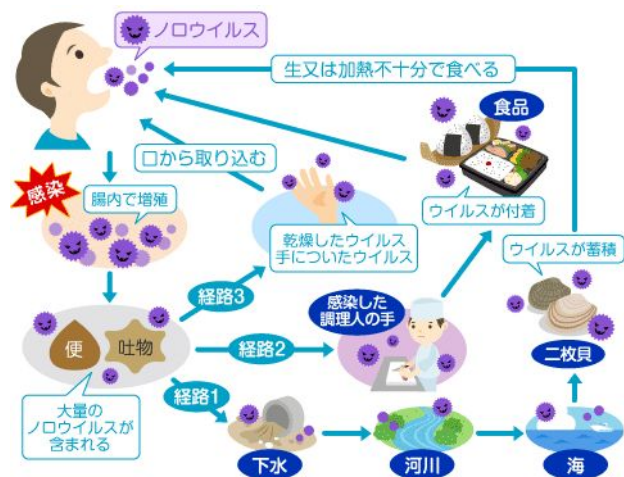
細菌

寄生虫



感染経路

- 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）



症状

ウイ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。
ノロウイルスの症状は嘔吐、下痢、発熱、腹痛です。
大人のかたは下痢症状が多いです。
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、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とるように心がけましょう。

予防について

ノロウイ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と手洗いをしましょう。
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。処理後は必ず石鹸をつけてしっかりと手洗いをしましょう。
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に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）