



# 冬はウイルス性胃腸炎の季節です



ウイルス性胃腸炎、いわゆる「お腹の風邪」は一年を通して発生しますが、特に冬に流行します。原因ウイルスとしては、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどがあります。ロタウイルス、アデノウイルスによる胃腸炎は乳幼児に多く、ノロウイルスによる胃腸炎はどの年齢層でも流行が見られます。

ノロウイルスは、手指や食品などに付着したウイルスが口に入ることによって感染します。潜伏期は1-2日と短く、症状は発熱、嘔吐、下痢、腹痛などです。多くは軽症で回復しますが、脱水にならないよう、水分に加え塩分や糖分を少しずつとることが大切です。また、手洗いなどの感染予防を心がけましょう。

★感染予防や塩分・糖分・水分の補給はすべての胃腸炎に共通です！



## 感染管理認定看護師からのアドバイス

### 効果のある消毒方法

社会医療法人 寿人会 木村病院  
感染管理認定看護師 林 幾代氏



### ノロウイルスの予防



手指衛生（手洗い）



日々の環境整備



食べ物の加熱処理  
(中心温度 85-90℃90 秒以上)



排泄物・嘔吐物の正しい方法での処理

もっと詳しく知りたい方は、次の厚生労働省のHPをご覧ください。

ノロウイルス Q&A

検索

