



ささえりあ三和便り

ささえりあ三和は熊本市の委託機関で、「城山・高橋・池上」校区にお住まいの方々を担当しています。

大流行の兆し！みんなで予防！

ノロウイルス感染

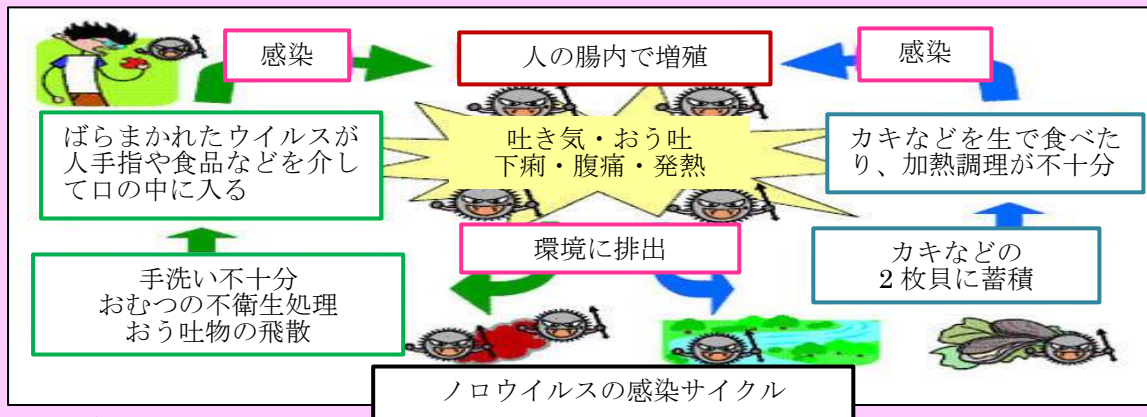
ノロウイルスによる感染性胃腸炎は 11～1 月に多く、ごく少量のウイルスが口から入ることで感染します。今シーズンは新型ノロウイルスの発生により大きな流行になるのではと心配されています。

■感染した時の症状

感染後、24～48 時間で、吐き気、おう吐、発熱、腹痛、下痢などの症状が現れます。おう吐は急に來ますので、高齢者では吐物をのどに詰まらせる事故がよくあります。

■感染経路

- ・ノロウイルスに汚染された食品を食べる。
- ・感染した人のふん便やおう吐物を介して他の人へ感染することも多く、適切に処理しないと感染を広めてしまいます。
- ・感染後、ウイルスは 1 週間程度滞在し、ふん便とともに排出されます。



■感染予防

- ◆きっちり手洗い！2 回洗うと効果的です！
 - ・指先や爪の間、手のしわは特に注意して洗いましょう。
 - ・トイレ後、食事前、調理の際の手洗いの徹底が必要。
- ◆おう吐物の処理には**次亜塩素酸ナトリウム**を使用します。(アルコールは効果がありません)
- ◆食品はできるだけ熱して食べましょう。
- ◆調理器具はきちんと清掃しましょう。



高齢者やご家族、ご近所の方など、どなたでもお気軽にご相談ください。
☎329-6743

次亜鉛素酸ナトリウム液の作り方

500ml のペットボトルの水にキャップ 1 杯

1 杯 = 5ml

原液濃度 0.05%
(台所用漂白剤等使用)