



平成 28 年 11 月 21 日

越生中 保健室

感染性胃腸炎が全国的に流行しています。

発症すると、嘔吐・下痢で苦しい感染性胃腸炎。

どんなことに気をつければいいのでしょうか？

症状

- ・潜伏期間は24～48時間
- ・吐き気・嘔吐^{おうと}・下痢・腹痛・発熱 等

感染経路

- ・感染者の吐物、排泄物への接触
- ・アサリやカキなどの二枚貝を生や加熱不足で食べる
- ・ドアノブやスイッチなどに付いたウイルスに触れて体内に入る

予防するには

- ・手洗い、うがい（石けんを使い、15秒以上手を洗いましょう。）
- ・特にトイレの後・食事の前には、必ず石けん^{おとう}で洗いましょう。
- ・嘔吐・下痢の症状があれば、適切な処理をして消毒する。

「感染したかな」と思ったら

- ・嘔吐や下痢の症状がある場合は、無理をしないで休養しましょう。
- ・脱水症状を起こすことがあるので注意が必要です。水分補給をこまめに行いましょう。
吐き気がひどいときは、1～2時間様子を見て、落ち着いてから水分補給して下さい。
- ・病院で感染性胃腸炎と診断された場合は、出席停止になります。学校へ知らせして下さい。



学校で吐いてしまった！どうしよう・・・。

心配しなくて大丈夫です！

ただ、感染性胃腸炎に感染している場合、嘔吐物^{おうとぶつ}にはウイルスが大量に含まれているので、他の人に感染させないために消毒が必要です。近くにいる先生に相談して下さい。

トイレで吐いた後、キレイに流したつもりでも周囲に飛び散っている可能性があります。

保健室へ知らせに来て下さい。

感染症の予防

1. 規則正しい生活

2. 正しい手洗い