



腹痛や嘔吐、下痢などの胃腸炎症状でのお休みが増えてきています

感染性胃腸炎

感染性胃腸炎はノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因の胃腸炎です。

- 【どんな症状？】 嘔吐、下痢、腹痛、発熱
- 【潜伏期間は？】 ノロウイルス・・・12～48時間
ロタウイルス・・・1～3日

※6カ月から2歳の乳幼児によく見られる

【感染経路は？】 経口感染、接触感染、食品媒介感染、空気感染

【予防するには？】 食事前、トイレ後、調理前など
流水と石けんでこまめに手洗いをおこなう



嘔吐物の処理方法

嘔吐物（おうとぶつ）は、二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクで体を覆って嘔吐物に直接触れないようにしましょう。



用意する物

- ・使い捨て手袋
- ・使い捨てマスク
- ・バケツ
- ・雑巾
- ・ビニール袋
- ・消毒液（塩素系漂白剤など）
- ・使い捨てエプロン（あれば）

手順

- ①手袋（できればひじまで隠れるもの）をして捨ててもよい布や紙で拭き取ります。
- ②拭き取った物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ③汚れた床は、消毒液（漂白剤等）などを薄めて拭きます。
- ④処理の後は十分な換気を行きましょう。

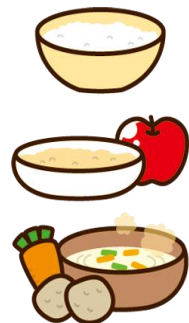
嘔吐物の付いた衣類の洗い方

消毒液を薄めて、衣類を2時間程漬け置きした後、洗濯をします。他の衣類とは一緒に洗わないようにしましょう。



下痢をしたときは・・・

まずは色や固さ、血液がまじっていないか便の状態をチェックし、受診時に説明できるようにしましょう。写真を撮って行き、医師に診てもらうのも良いでしょう📷



- ～下痢をしたときの食事～
- ◎おかゆ・うどん・野菜スープ
 - りんごのすりおろしなどの消化の良いもの
 - ×生野菜・柑橘系の果物
 - バターの多いパン
 - 脂っこいものなどの消化の悪いもの



おうちでのケア

- ❁嘔吐が落ち着いたら少しずつ水分補給をしましょう。糖分と塩分がバランス良く含まれている経口補水液がおすすめです。
- ❁便の様子を見ながら消化の良いものを、よく噛んで、少しずつ食べましょう。
- ❁家庭内感染を防ぐ為にも、便や嘔吐物はマスクや手袋をつけて適切に処理しましょう。
- ❁登園のめやすとしては『下痢、嘔吐が治まり、普段の食事（保育園の給食）が摂れ、バナナうんちに戻るまで』それまでは自宅でゆっくりと体を休めましょう。
- ❁症状がある時は早めに受診しましょう。
- ❁受診した時は、保育園にもお知らせください。