

三宅村

感染症特集号

現在、島内外において感染性胃腸炎やインフルエンザ等の感染症が流行しています。高齢者がこういった感染症に罹患するとまれに気管支炎等の合併症を併発して重症化するといわれていますので、どうか感染しないよう予防に努めてください。

なお、島内で流行している感染性胃腸炎をはじめ、冬場に流行するインフルエンザ、溶連菌感染症（ようれんきんかんせんしょう）について、おもな症状や感染した場合の対処法等、簡単にまとめてみましたので参考にさせていただければ幸いです。

感染性胃腸炎

■どんな病気？

ウイルス等が原因となつて発症する胃腸炎で、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス等が有名です。

学校や旅館、レストラン等で集団感染し、大流行することもあります。

■かかりやすい時期

冬場に大流行します。

■潜伏期間

一〜二日程度。

■おもな症状

嘔吐、悪心、腹痛、発熱、下痢、等々（ウイルスの種類によつて異なるようです）。ロタウイルスの場合は、便が白色になることもあるようです。

■予防法

基本は手洗いですが（排便後や食事の前には入念に）、感染者の嘔吐物やふん便に多量のウイルスが潜んでいるので、それらを処理する際は使い捨ての手袋やエプロンを着用し、ウイルスを体に付着させないように十分注意してください。

また、ウイルスが付着したと思われる場所やものには、塩素系漂白剤（キッチンハイター等）を用いて消毒してください。エタノール系（アルコール等）では死滅しないそうです。

■感染してしまったら

嘔吐や下痢で脱水症状を起こすこともあるようなので、早めに医療機関で診てもらってください。

また、二次感染を防ぐため、人との接

触を控え、安静に努めてください。

なお、感染者が使用したものにウイルスが付着している可能性が高いので、ハンドタオルやコップ等を共用しないようにしてください。

インフルエンザ

■どんな病気？

「インフルエンザウイルス」に感染することで起こる病気です。

感染した人のせきやくしゃみによつて飛び散ったウイルスが、鼻やのど、気管支などに入り込んで炎症を起こします。

■かかりやすい時期

冬から春にかけて流行します。

例年、十一月下旬から十二月上旬頃に始まり、一月から三月にかけてピークを迎え、四月以降減少していく傾向があります。

■潜伏期間

一〜三日程度。

■おもな症状

発熱（高熱）、関節・筋肉痛、全身のだるさ、せき、のどの痛み、頭痛、鼻水、等々。

■予防法

手洗い、うがい、人ごみを避ける、室内の加湿、バランスのよい食事、十分な睡眠等、予防法はたくさんありますが、一番効果的なのは**予防接種**だと言われています。

三宅村に住民票がある六十五歳以上

の高齢者であれば、毎年定められた日時に千円で予防接種を受けることができます（六十歳以上六十五歳未満の方でも、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害がある、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害のある方であれば千円で受けることができます）。

■感染してしまったら

「感染してしまつたかな」と思つたら、至急医師の診察を受けてください。

インフルエンザは、赤痢やチフスといった法定伝染病ではなく、隔離・消毒の義務を伴わない届出伝染病になつていますが、感染性胃腸炎同様、二次感染を防ぐために人との接触を控え、安静に努めてください。

なお、安静に努める期間について特に定めはありませんが、学校保健安全法施行規則では「発症した後五日を経過し、かつ、解熱してから二日を経過するまで（幼児の場合は三日）」と定められています。参考にしてください。

溶連菌感染症

■どんな病気？

溶連菌の正式名は「A群溶血性レンサ球菌」といい、別の大きな病気（合併症）の原因になりやすい細菌といわれています。

感染性胃腸炎同様、学校等の集

団の場で感染することが多く、年齢に関わらず発症しますが、五歳十五歳の小児が最も感染しやすいといわれています。

■かかりやすい時期

「冬」と「春から夏にかけて」と、年間で二回流行のピークがあります。

■潜伏期間

二〜五日程度。

■おもな症状

発熱（三十八〜三十九℃）、のどの痛み、嘔吐等の風邪に似た症状から始まり、その後かゆみをとまなう赤く細かい発しんが体や手足に現れたり、舌にイチゴのようなブツブツが発生したりするそうです。また、熱が下がると手や足の皮ふがむけることもあるそうです。

■予防法

予防接種はなく、他の感染症と同様に手洗い、うがい、人ごみを避ける、マスクを着用する（飛まつ感染予防）等です。

もし家族にこの病気の感染者がいた場合は、経口感染を予防するため同じコップや食器を使用するのは避けた方がいいそうです。

■感染してしまつたら

水分補給を十分に行い、有効な抗生物質をきちんと飲むことが大切だそうです。

熱が下がつても菌が残つていれば再発の恐れがあるそうです。よ

つて、菌を完全に退治するために抗生物質は処方通りに最後まで飲み続けることが重要とのこと（十日から二週間）。そして発症から二、三週間後にもう一度医師の診察を受け、菌が完全に消滅したか確認する必要もあるそうです。また、こちらも他の感染症と同様に二次感染を防ぐために人との接触を控え、安静に努めてください。

感染経路は？

三つの感染症の感染経路は、おもに飛まつ感染と接触感染です。したがって、こまめに手を石鹸で洗ったり、マスクを着用したり、うがいをする等して、感染症から身を守ってください。よろしくお願ひいたします。

効果的な手洗い方法を再確認

ウイルスは手に付着することが多いといわれていますので、しっかり流水で洗い流しましょう。



- 左から順に ①手のひらを合わせ、よく洗う。
②手の甲を伸ばすように洗う。
③指先、爪の間をよく洗う。



- 左から順に ④指の間を十分に洗う。
⑤親指と手のひらをねじり洗ひする。
⑥最後に手首もしっかり洗う。