

腸管感染症

二次感染の予防について



名古屋市保健所

腸管感染症

腸管感染症とは、病原体が腸管内で増殖して下痢、その他の症状をおこす感染症のことです。

感染症	潜伏期間※	症状	備考
コレラ	数時間から5日 (通常1日以内)	米のとぎ汁の ような下痢	重症の場合には、腹部の不快感と不安感に続いて、突然下痢と嘔吐が始まり、血圧が下がり生命にかかわる危険な状態に陥ることもあります。
細菌性 赤痢	1～5日 (大多数は3日 以内)	全身の倦怠感、 悪寒を伴う 急激な発熱、 水様性下痢	感染力が高く、食器や箸などを介して感染することもあります。
腸管 出血性 大腸菌	2～14日程度 (通常3～5日)	水様性下痢、 血便、腹痛、 発熱	主な菌型はO157、O111、O26など。ウシとの触れ合いで感染することもあります。感染力が強く、少量の菌が口に入っても感染します。子どもや高齢者など抵抗力の弱い人では重症化することがあります。また、血尿や貧血を起こすこともあります(溶血性尿毒症候群)。
腸チフス・ パラチフス	7～14日	発熱、頭痛、 食欲不振、 全身倦怠感	ほとんどが海外で感染します。下痢症状はあまり出ません。

※潜伏期間：菌が身体に入ってから症状がでるまでの期間

腸管感染症は次のような場合に感染します。

- 病原体に汚染された食べ物を食べる。
- 病原体に汚染された場所(トイレの取っ手やドアノブなど)を触って、しっかり手を洗わずに食べ物を食べる。



二次感染に注意を

「二次感染」とは、患者の便に出た病原体が手指や食品、物品について他の人の口に入り感染が広がることをいいます。感染を広げないためには、次のことに注意をしましょう。

※下痢・腹痛・発熱などの症状が出たら、できるだけ早く医療機関を受診しましょう。

■調理、食事前🍴

- 菌が食品や食器につくのを防ぐため、調理の前には、必ず手を石けんと流水で洗いましょう。流し台以外の洗面台で行うことが理想的です。
- 患者は便から菌が消えるまでは、家庭内調理をできるだけ避けましょう。
- 患者は、調理や食事の前、トイレの後に十分に手を洗い、消毒用アルコールなどで消毒しましょう。
- 家族も食事前やトイレの後などは十分に手を洗いましょう。

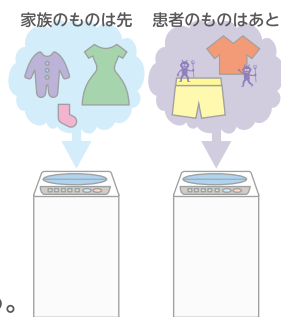
〔調理の注意〕

- 加熱できるものは中心部まで十分に加熱（中心温度75℃で1分以上）しましょう。
- 生野菜などは流水でよく洗いましょう。
- 作った食事はできる限り早めに食べましょう。
- 食器は洗浄後に熱湯をかけたり、消毒液につけて消毒しましょう。
- 冷蔵庫の中もきれいに掃除しましょう。



■洗濯🌀

- 患者の便で汚れた下着、衣類、寝具は他の家族のものとは別に洗濯しましょう。
- 使い捨ての手袋などを使用して、付着した便を取り除き、汚れを落とし、すすぎましょう。汚水はトイレに流しましょう。
- 消毒が必要であれば、次亜塩素酸ナトリウムに30～60分つけましょう（p4参照）。
- 衣類、布団は日光に干し、よく乾燥させましょう。



■集団生活 ㊦

- 発熱があるときは、登園、登校を控えましょう。
- 遊ぶ前、遊んだ後には手洗いを十分に行いましょう。
- 口に運ぶ玩具などは、きれいに拭き、必要に応じて煮沸などの消毒をしましょう。
- 下痢があるときは、プールや水遊び、集団で遊ぶことや給食当番は控えましょう。



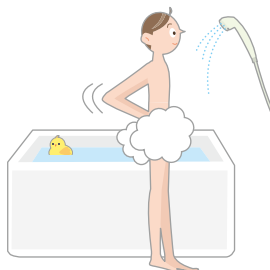
■トイレ、汚物の処理 ㊦

- 排便後の手洗い：菌はトイレトペーパーを重ねていても手につくことがあります。おしりを拭いた後は、できるだけ他のところに触れないで、すぐに手を洗いましょう。
- トイレを清潔に：下痢便の飛沫がつきやすい所は日頃からこまめに掃除し、必要に応じて消毒を行いましょう。消毒は消毒用アルコールなどで拭くのが簡単です。
- 汚物には素手で触らないで、使い捨ての手袋などを使いましょう。
- 汚物を処理した後は、よく手を洗い必要に応じて消毒しましょう。
- おむつ交換による汚染の拡大を防止するため、オムツ交換は決められた場所で行いましょう。
- トイレの取っ手やドアのノブなど、菌で汚染されやすい場所は消毒用アルコールなどを使って消毒しましょう。



■お風呂 ㊦

- 風呂の湯につかる前に、お尻をよく洗い、菌を落としましょう。
- 患者の入浴は一番最後にして、他の家族との混浴は避けましょう。
- 風呂の水は毎日かえて、浴槽等も清潔に清掃。
タオルやバスタオルの共用は避けましょう。



家庭で使いやすい消毒液とその使い方

消毒用アルコール	
手指	十分な量を手の平にとり、手の平→手の甲→指先→爪の間→指の間→親指→手首の順にすりこみ、十分に乾燥させます。 ※目に見える汚れがついている場合は、消毒の前に手洗いをします。
便器、トイレのドアノブなど	ペーパータオルなどに十分にアルコールを含ませて拭き、自然乾燥させます。 ※ゴム製品、合成樹脂等は変質するので長時間浸さない。

次亜塩素酸ナトリウム (0.02%)	
下着、衣類、シーツなど	衣類の汚れを落とし、次亜塩素酸ナトリウムに30～60分漬けた後、洗濯します。 ※漂白作用があるので、金属には使えない。 ※消毒液が直接皮膚に触れないようにビニール手袋等を使用する。 ※換気を十分に行う。 ※酸性洗剤と混ぜて使用しない。
[次亜塩素酸ナトリウム (消毒液) の作り方 約0.02% (200ppm)] 台所用塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム5～6%) の原液10mlを水で薄めて2Lにする。 ペットボトルのキャップ 2杯 (約10mL) 消毒液 一般用 表示を 忘れずに 水で希釈して2L ペットボトル1本分 にする。	

- ※消毒液は使用上の注意をよく読んで使用しましょう。
- ※消毒液は汚れを落としてから使用しましょう。
- ※消毒液は適正な濃度と消毒時間を守りましょう。
- ※消毒液の使用にあたっては、目に入れたり、吸い込んだりしないように注意しましょう。目に入った場合は、すぐに流水で洗い流しましょう。
- ※消毒液は子供の手の届かない所に保管しましょう。



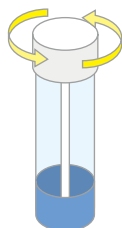
便の採り方について

菌を排出していないことを確認する検査のために、便の提出をお願いします。

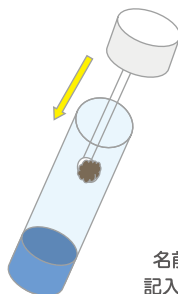
■スティック

- 使用前の容器は室温で保管してください。
- 便は1回につき、1本の容器に入れてください。
- 容器はキャップをねじると開き、キャップに採便用のさじがついています。
- 便はさじで見える量をしっかり採取してください。
- 便を容器に入れたら、キャップをしっかりと閉め、ビニール袋や紙袋に入れて冷暗所に保管してください。

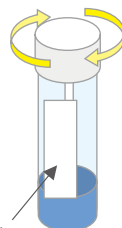
ひねって開ける



容器に差し込む



ふたをしっかりとめて
涼しい所で保管！



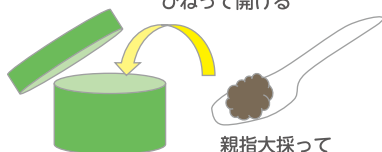
しっかり採って

名前と採便日を
記入してください

■緑容器

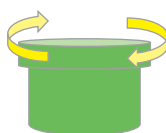
- 親指頭大以上の便の量を採取してください。（便の量が少ないと正確に検査できない場合があります。）
- 便を容器に入れたら、キャップをしっかりと閉め、ビニール袋や紙袋に入れて冷暗所に保管してください。
- 使用した木のスプーンはビニール袋に入れ、しばって可燃ごみとして適切に処理をしてください。

ひねって開ける

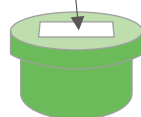


親指大採って

しっかり閉める



氏名と採便日を
記入してください



涼しい所で保管！

正しい手の洗い方

手洗いの
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのばすようにこすります。

3



指先・爪の間に念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

(厚生労働省 HP より一部抜粋)

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

就業制限について

感染を広げないために、食品関係の職業の方などは、法律に基づき菌が排出されなくなるまで、飲食物に直接接触する業務に従事することを制限されます。



