

肠道感染

关于预防二次感染



名古屋市保健所

肠道感染

肠道感染是病原体在肠道内繁殖，导致腹泻等症状的传染病。

传染病	潜伏期※	症状	备注
霍乱	几个小时～5日 (通常1日以内)	像淘米水一样的腹泻	病情严重时，会出现腹部持续不适和不安宁，突然开始腹泻和呕吐，血压下降，也有可能危及生命。
细菌性痢疾	1～5日 (大多数在3日以内)	全身倦怠感、伴有寒颤的机型发烧、像水一样的腹泻	传染力强，可以通过餐具或筷子等传染。
肠出血性大肠杆菌	2～14日左右 (通常3～5日)	像水一样的腹泻、血便、腹痛、发烧	主要菌型是O157、O111、O26等。和牛接触后也有可能传染上。传染力强，即使是少量的菌进入口腔，也会被传染。孩子和老年人等抵抗力弱的人士，病情可能出现重症化。另外，还可能导致血尿和贫血。(溶血尿毒综合征)。
伤寒和副伤寒	7～14日	发烧、头痛、食欲不振、全身倦怠感	基本上都是在国外感染。没有腹泻症状。

※潜伏期：菌进入身体后出现症状为止的阶段

除了这些传染病，还有传染性胃肠炎（诺如病毒、轮状病毒等）。
以下情况会导致肠道感染。

- 食用被病原体污染的食物。
- 接触过被病原体污染的场所（厕所的扶手或门把手等）后，进食前没有认真地洗手。



注意二次感染

“二次感染”是指，由患者的粪便排出的病原体附着在手指、食品或物品上进入其他人的口中，从而使感染扩散。为了不让感染扩散，请注意以下几点。

※如果出现腹泻、腹痛、发烧等症状，请尽快去医疗机构就诊。

■做饭、就餐前 🍴

- 做饭之前手必须打肥皂并用水冲洗，防止菌附着在食品或餐具上。在洗碗池之外的盥洗台洗手比较理想。
- 直到菌在患者的粪便中消失为止，尽可能避免在家中做饭。
- 患者在做饭、就餐前、如厕后请仔细地洗手，并用消毒酒精等消毒。
- 家人也请在就餐前、如厕后仔细地洗手。

[做饭时的注意事项]

- 能加热的食物请充分加热到中心（中心温度 75°C 1 分钟以上）。
- 生的蔬菜等请用水冲洗。
- 做好的食物请尽早食用。
- 餐具洗净后，请用开水浇烫或用消毒液浸泡消毒。
- 清洁冰箱。



■洗涤 🧺

- 请将被患者粪便弄脏的内衣、衣物、寝具和其他家人的东西分开洗涤。
- 请戴好一次性手套等清理附着的粪便及清除污垢并进行涮洗。脏水请倒马桶冲掉。
- 如果需要消毒，请用次氯酸钠浸泡 30 ~ 60 分钟（参见 p4）。
- 衣物、被褥请放在阳光下晒干，使之彻底干燥。



■集体生活 🧑🧒

- 发烧时，请不要去幼儿园或上学。
- 玩耍前后请仔细地洗手。
- 入口的玩具要擦拭干净，必要时请用开水煮等方法进行消毒。
- 腹泻时，请不要游泳、玩水、集体游玩或做分餐值日生。



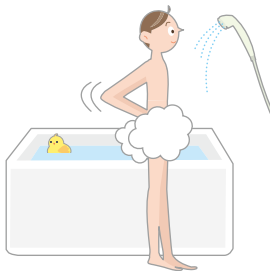
■厕所和污物的清理 🚽

- 排便后的洗手：即使厕纸是重叠使用，手也有可能粘上菌。擦完后，请尽量避免接触其他地方，立即洗手。
- 清洁厕所：日常打扫容易沾上腹泻飞沫的地方，必要时请进行消毒。消毒时，使用消毒酒精等擦拭会很轻松。
- 不要徒手接触污物，请戴好一次性手套等。
- 清理完污物后要仔细洗手，必要时请进行消毒。
- 请在规定的地方更换纸尿布，防止因更换纸尿布导致污染扩散。
- 厕所的把手和门把手等容易被菌污染的地方，请使用消毒酒精等消毒。



■泡澡 🛀

- 泡澡前，请仔细清洗臀部，去除细菌。
- 患者在最后入浴，请避免和其他家人混浴。
- 请每天更换浴盆中的水，浴盆等也要清洗。请避免共用毛巾和浴巾。



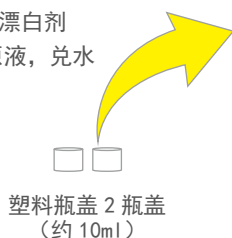
便于家庭使用的消毒液及其使用方法

消毒酒精	
手指	取足够的量放在手掌上，按照手掌→手背→指尖→指甲缝→拇指→手腕的顺序擦抹，并充分晾干。 ※如果有肉眼可见的脏污，消毒前请先洗手。
便器和厕所的门把手等	用含有充足酒精的纸巾等擦拭，然后自然晾干。 ※橡胶制品、合成树脂等会变质，不要长时间浸泡。

次氯酸钠（0.02%）	
内衣、衣物、床单等	清理掉衣物上的脏污，在次氯酸钠中浸泡30～60分钟后再洗。 ※有漂白作用，请勿用于金属。 ※戴上塑料手套，防止消毒液直接和皮肤接触。 ※充分进行换气。 ※不要和酸性洗涤剂混用。

〔次氯酸钠（消毒液）的制作方法 约0.02%（200ppm）〕

将10ml 厨房用的氯系漂白剂（次氯酸钠5～6%）原液，兑水稀释到2L。



请勿忘记做标记

兑水稀释成2L塑料瓶1瓶的量。

- ※使用前，请仔细阅读消毒液的使用注意事项。
- ※去掉脏污之后再使用消毒液。
- ※请遵守消毒液的正确使用浓度和消毒时间。
- ※在使用消毒液时，注意不要溅入眼睛或吸入体内。溅入眼睛时，请立刻用水冲洗。
- ※请将消毒液放置在儿童够不到的地方保管。

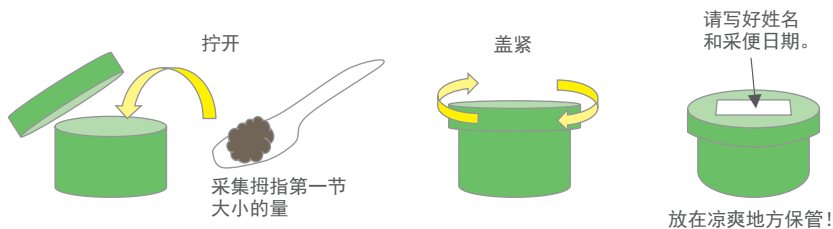


关于采便

为了进行确认是否有菌被排出的检测，有时会要求提交粪便。

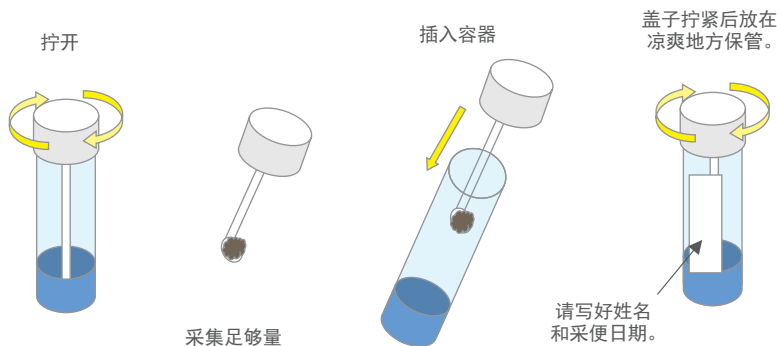
■绿色容器

- 请采集相当于或大于大拇指第一节大小的大便。
(大便量少的话，有可能无法正确检测。)
- 将粪便装入容器后，请拧紧瓶盖，装入塑料袋或纸袋，放在阴暗处保管。
- 请将使用过的木勺装入塑料袋，扎好袋口，作为可燃垃圾妥善处理。



■棒

- 使用前的容器请放在室温下保管。
- 一次采集的便请放到一支容器里。
- 拧开盖子就能打开容器，盖子上有采使用的小勺。
- 请用采便匙取足够能看见量的大便。
- 将大便插入容器后，请拧紧瓶盖，装入塑料袋或纸袋，放在阴暗处保管。



正确的洗手方法

洗手前

- 先剪短指甲
- 摘下手表、戒指

1



用流水充分弄湿手后，打上肥皂，
仔细搓洗手心。

2



手背如伸展般搓洗。

3



仔细地搓洗指尖和指甲缝。

4



清洗指缝。

5



两手交替搓洗拇指和手心。

6



不要忘记洗手腕。

(部分摘录自厚生劳动省官网主页)

用肥皂洗完后，用清水冲洗干净，然后用干净的毛巾或纸巾擦干。

关于工作限制

为了防止感染扩散，根据法律，食品相关的从业人员等直到不再有菌排出为止，直到不再有菌排出为止，禁止从事直接接触食品的工作。





A large, empty white rectangular box with rounded corners, intended for a label or caption.