

岡山大学病院ますかっと病児保育ルーム Newsletter VOL. 34 (2025. 12)

感染性胃腸炎は毎年大人から子どもまで多くの人がかかる身近な病気です。多くの原因となっているのが、ノロウイルスです。年間を通じて発生しますが、特に冬季に発生します。ほんの少しの量で感染が成立するため、感染力が強いです。これから、クリスマス、年末年始に向けて子どもたちの体調を整え、感染予防策を徹底していきましょう。

【ウイルス性胃腸炎】 …感染性胃腸炎全体の90%を占める



代表的な原因ウイルス

病原体	主な特徴	潜伏期間	主な症状
ノロウイルス	冬に流行・感染力が非常に強い	約1~2日	激しい嘔吐、下痢、発熱
ロタウイルス	乳幼児に多い(大人も感染あり)	約1~3日	水様性下痢、嘔吐、発熱
アデノウイルス	年間を通じて発生(季節問わず)	約5~7日	下痢、腹痛、発熱、嘔吐

*原因ウイルスによって症状の強さや持続期間に違いがありますが、特効薬はなく、基本的に対症療法となります。

*ノロウイルスに対するワクチンは存在しないので、日頃からの手洗いなどの感染予防策が重要となります。



【療養時の注意点】

◎水分補給・食事

嘔吐・下痢で脱水になりやすいので、少量ずつこまめに摂取することがポイントです。水やお茶だけでは塩分や糖分が補えないため、可能であれば、経口補水液(ORS)やスポーツドリンク、薄めた果汁ジュース、味噌汁の上澄みなども活用してみましょう。乳幼児の場合、母乳やミルクは基本的に継続で構いませんが、いつもより回量を減らし、回数を増やすなどの工夫をしてみましょう。食事はお粥、柔らかく煮たうどん、スープ、ゼリー、すりおろしリンゴ等から始めます。

◎手洗いの徹底・共有物を避ける

家族全員、トイレの後や調理・食事前には必ず石鹼と流水で手を洗う習慣を徹底しましょう。

アルコール消毒だけではノロウイルスやアデノウイルスには不十分な場合があるため、石鹼を使った入念な手洗いが有効です。手を拭いたタオルを共有したことでの感染が拡がることもあります。

汚れの残りやすいところを丁寧に洗いましょう。(指先、指の間、爪の間、親指の周り、手首、手の甲など)

◎嘔吐物・おむつ、環境の適切な処理



◇ 嘔吐物 (1000ppm:0.1%)

- ◆ 使い捨てのマスクやエプロンなどを着用する。
- ◆ 外から内に向けてペーパータオル等で静かに拭い取る。
- ◆ 嘔吐物のあった場所と周辺をペーパータオルで覆い、消毒液を浸す。その後10分ぐらいして水拭きをする。
- ◆ ゴミはビニール袋に密閉して廃棄する。
- ◆ 手洗い、うがいをする。

◇ 食器・環境・リネン類 (200ppm:0.02%)

- ◆ 感染者が使ったり、嘔吐物が付いたものは、他の物と分けて洗浄・消毒します。
- ◆ ドアノブや手すり、スイッチにも付着します。こまめに拭き取りをしましょう。
- ◆ 次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があります。消毒後は十分に薬剤を拭き取りましょう。

利用定員、開設時間等

- 利用定員 6人
- 対象児童 生後6ヶ月から小学校6年生まで
- 利用時間 月曜～金曜日
午前8時00分～午後5時30分まで

お問い合わせ

岡山市北区鹿田町2-5-1 歯学部棟3階
ますかっと病児保育ルーム
TEL 086-235-7301



ホームページはこちら

