

## 感染性腸炎について

みなさん、お腹の調子はいかがでしょう？

この時期注意したいものに感染性腸炎があります。日本大腸肛門病学会によると、感染性腸炎とは「病原体が腸管に感染して発症する疾患であり、病原体には細菌、ウイルス、寄生虫などがある」と定義されています。

多くは食品や汚染された水による感染で、ペットやヒトからの接触感染もみられます。一般的に夏季には細菌性腸炎が、冬から春にかけてはウイルス性腸炎が多く発生します。

**症 状**：感染性腸炎は下痢、発熱、腹痛、悪心、嘔吐などの急性胃腸炎症状がみられることが多いとされ、特に下痢はほぼ必発であり、他の症状は疾患により少し異なるとされています。先ほど述べた「冬から春にかけてはウイルス性腸炎が多く発生する」ことから、ウイルス性腸炎の代表例であるノロウイルスの特徴や症状、予防などをご紹介します。

### ノロウイルス腸炎とは？

冬季を中心に多発する散発性感染性胃腸炎、集団発生胃腸炎および食中毒の主要な原因ウイルスであり、

感染性胃腸炎で最も多く冬季に毎年流行します。

### ノロウイルスの特徴

- ① 少量で感染(10～100個程度)し、発症することがある(ウイルスが体にいても必ずしも発症するわけではない)
- ② 人の腸内に限って増殖し、便や吐物
- ③ 物が感染源になる
- ④ 食品を通じて感染するが、人から人へも感染する
- ④ 食品の鮮度に関係なく感染し、何回でも感染する (2面に続く)

## ノロウイルスの感染経路



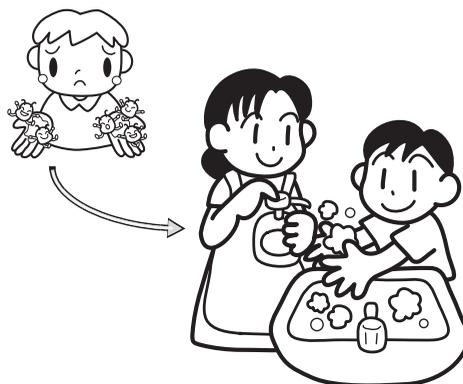
## ノロウイルス感染症を予防するには？

残念ながらノロウイルスに対するワクチンは実用化されていないため、ノロウイルスの予防法としては、手指を介した接触感染の経路を遮断する意味で石けんを用いた手洗いが最も重要となります。

食事を用意する際や食事の前、トイレに行った後、いろいろなものに触れた後、外出から帰った後は手洗いを欠かさずに行いましょう。

石けん自体にはノロウイルスを直接死滅させる効果はありませんが、ウイルスを手指からはがれやすくし、水道水で洗い流すことによって物理的にノロウイルスを除去することが可能です。

具体的な手洗いの方法は、石けん（ハンドソープ）を使った手洗いで30秒間のもみ洗いと、15秒間の流水でのすすぎを複数回繰り返すことが効果的です。2回繰り返すことで、ノロウイルスの残存率を約0.0001%まで減らすことができたとする実験結果が報告されています。



## 身の回りでノロウイルス感染症を 発症してしまったときの対処法

ノロウイルスは、環境中でも感染力を失うことなく安定して存在するとされています。放置された嘔吐物・下痢便などから容易に感染が広まります。

また、一般的に消毒に使われているアルコール製剤を含め、いろいろな消毒剤に抵抗性があるといわれており、確実に消毒するには次亜塩素

酸ナトリウム（家庭用ではハイター）などの強力な消毒薬を使う必要があります。

家族など感染してしまった際には、周りの人たちにうつさないように消毒が重要になります。

次に、家庭内で作れるノロウイルスに対しての消毒薬の作り方を紹介します。

---

### ハイター（次亜塩素酸 5%）を用いたノロウイルスに対しての消毒薬の作り方

用意する物：ペットボトル 2L 容器、水、ハイター（次亜塩素酸 5%）  
（ハイターのキャップは満杯で約 25mL 測れます）

使用上の注意：消毒する用途でハイターの濃さ（濃度）が異なります。  
手指には使用しない、換気を十分する、有害ガスが発生するので酸と混ぜない、汚れがあると消毒薬の効果が落ちるので汚れを取り除いて使用する、都度使い切ること、飲料と間違えて誤飲しないように注意すること

#### ◎調理器具、トイレのドアノブ、便座、衣類などの消毒

（次亜塩素酸として0.03%:300ppm）

ペットボトル容器に水2L+ハイター12mL（ハイターのキャップでおおよそ半分以上）

#### ◎嘔吐物、糞便物の処理時（次亜塩素酸として0.1%:1000ppm）

ペットボトル容器に水2L+ハイター 40mL（ハイターのキャップで8分量を2杯）



（薬剤師：山田 真紗子）

# NPT再検討会議に向けて

(核不拡散条約)

## 元旦より始動

原水爆禁止釧路地区協議会は、毎年恒例の反核平和元旦募金を行ないました。4年前より場所を変え鳥取神社の協力をいただき、神社参道脇で行なっています。新年らしく晴れ晴れとした天候のもと、多くの参拝客でにぎわっていました。

参加者は、初詣に訪れる多くの方々に被爆者援護と核兵器廃絶を訴えました。多くの皆さんが足を止め、募金や署名に協力していただきました。ある小学生からは、もらったばかりのお年玉の中より、がんばってくださいと声をかけてくれました。大変重く、温かい募金が寄せられました。

今年はNPT(核不拡散条約)再検討会議がニューヨークの国連本部で開催されます。世界各国の政府代表だけでなく、世界中から核兵器廃絶を求める人々が集い、様々な活動が取り組まれます。

はるか薬局でも核兵器廃絶国際署名に店頭で取り組んでいます。お薬の待ち時間の間に一人でも多くの患者さんのご協力をあらためてお願いいたします。

(事務：三坂 敬一)

～はるか薬局緊急時電話番号～



**0154-31-7811**または  
**090-3775-3026**

夜間、日曜祝日等の閉店時で緊急の対応を要する場合がございます。



**お知り合いの薬剤師・薬学生の方を  
ご紹介下さい 奨学金制度もあります**

※詳しくは、あゆみ調剤までご連絡下さい。

**☎0154-31-7811**