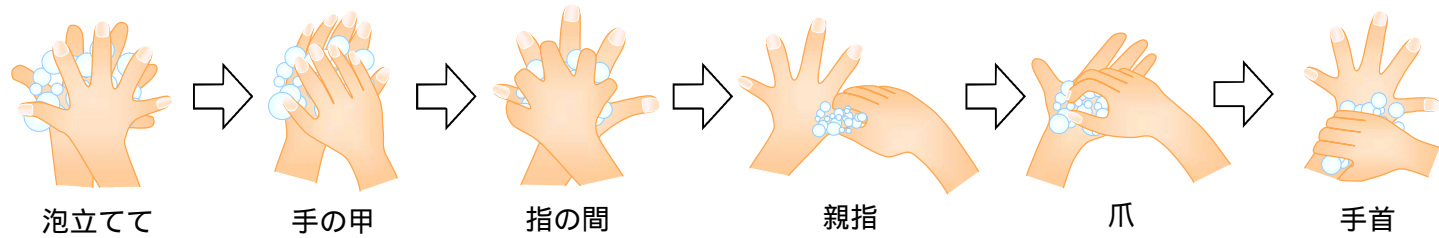


## 感染予防の3本柱

### 1. 手洗い



### 2. うがい

1. コップに水を汲みます。
2. まず、口の中を清潔にするため、「ブクブクうがい」をします。水はあまりたくさん口に入れすぎないほうが、強くブクブクできます。
3. 次に、のどの中を清潔にするため、「ガラガラうがい」をします。しっかりと上を向き、のどの奥まで水が届くようにして15秒程度うがいします。何回か繰り返します。

### 3. 咳エチケット

1. 咳・くしゃみなどの症状があるときは、マスクをする
2. マスクをしていないときに、咳・くしゃみをする場合はティッシュで口・鼻を覆う
3. 使用したティッシュはゴミ箱にすぐ捨てて、手を石鹸でよく洗う

## 消毒液の作り方

500mlペットボトルで簡単希釈！

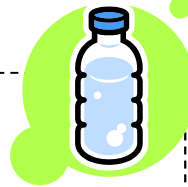
市販の5%濃度の塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）は指定の濃度に薄めて使います。

< 手すりやドアノブなどの消毒には 0.02% >  
ペットボトルキャップ半分の塩素系漂白剤に、500mlの水

< 便や嘔吐物が付着した床などの消毒には 0.1% >  
ペットボトルキャップ2杯の塩素系漂白剤に、500mlの水



消毒液は使用の都度作る  
こととし、ペットボトルに  
入れたまま作りおきして  
保管しないでください。また、ペットボトル  
には消毒液であることをはっきりと明記し、  
誤って飲むことがないように注意が必要です。



## 集団発生報告

次のような場合は保健福祉事務所へ

1. 同一の感染症若しくは食中毒による又はそれらによると疑われる死亡者又は重篤患者が1週間内に2名以上発生した場合
2. 同一の感染症若しくは食中毒の患者又はそれらが疑われる者が10名以上又は全利用者の半数以上発生した場合
3. 1.及び2.に該当しない場合であっても、通常の発生動向を上回る感染症等の発生が疑われ、特に施設長が報告を必要と認めた場合

### 【発行・問合せ】

神奈川県厚木保健福祉事務所 保健予防課（所管 厚木市・海老名市・座間市・愛川町・清川村）  
〒243-0004 厚木市水引2-3-1 電話 046-224-1111（代表） FAX 046-221-4834  
感染症に関することは <http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f70259/p9999.html> から

老人ホームや保育園での対策に

ノロウイルス・インフルエンザ

# 感染拡大防止と消毒

## ノロウイルス

### 症状

吐き気、嘔吐、下痢、腹痛（発熱は軽度）

潜伏期間（感染から発症まで）

24～48時間

### 予後

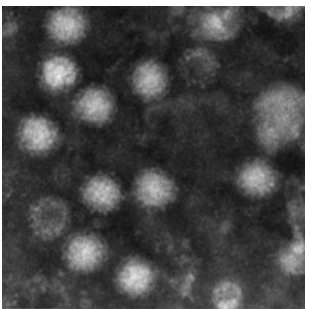
症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もない

ウイルス消失まで

最大2週間程度、便にウイルスが排出される

高齢者や乳幼児の注意点

嘔吐・下痢による脱水症状、嘔吐物を詰まらせることによる窒息



<写真> 県衛生研究所

## インフルエンザ

### 症状

38以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛

のどの痛み、鼻汁、咳など

潜伏期間（感染から発症まで）

1日～2日（長い場合は5日程度）

### 予後

発熱は3～7日続き、約1週間で治癒

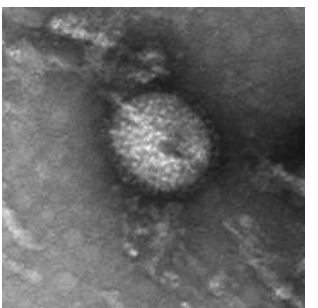
ウイルス消失まで

発症から5日、かつ熱が下がってから2日（乳幼児では3日）程度

高齢者や乳幼児の注意点

子どもではまれに急性脳症、高齢者や免疫力の低下している方は

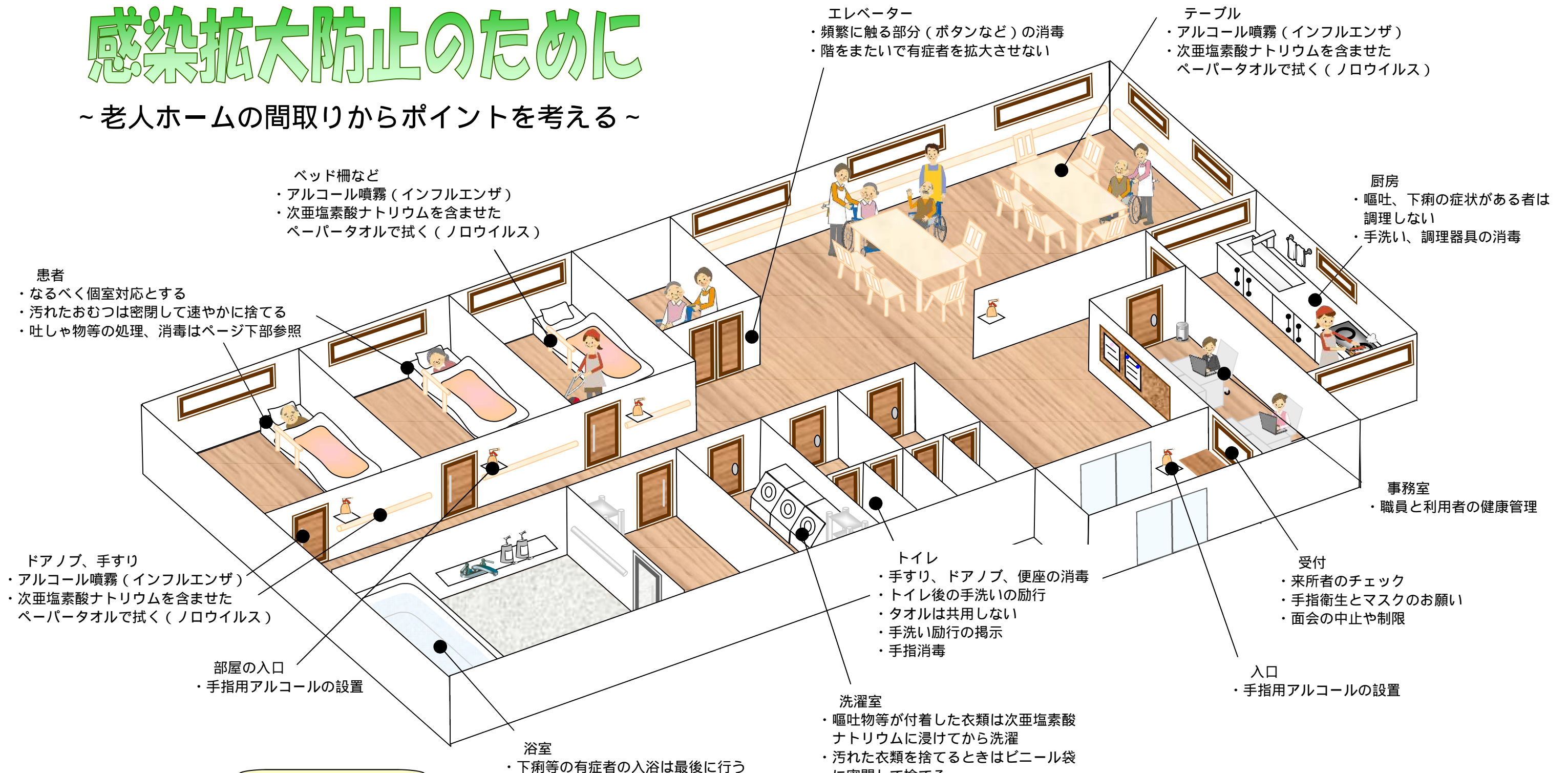
肺炎を伴う等、重症化することもある



<写真> 県衛生研究所

# 感染拡大防止のために

～老人ホームの間取りからポイントを考える～



換気をよくして行いましょう

## 嘔吐物の処理方法

- 1** <準備> 使い捨て手袋（2双）、使い捨てマスク、使い捨てエプロン、拭き取るためのペーパータオル、バケツ、ビニール袋、次亜塩素酸ナトリウム、新聞紙など
- 2** 処理中は、汚染区域に他の人が近づかないよう注意
- 3** 嘔吐物と同量の0.1%次亜塩素酸ナトリウムを静かに注ぐ
- 4** 拭き取りは外側から 広がらないようにペーパータオル等で外側から取り除く
- 5** 拭き取ったペーパータオルと、外側の手袋は0.1%次亜塩素酸ナトリウム入りのビニール袋へ
- 6** 0.1%次亜塩素酸ナトリウム 床にペーパータオルを置き、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを注いでタオルを浸し、10分おく
- 7** 汚染場所を広げないように ペーパータオル等で外側から取り除く 処理した人のスリッパの裏側も消毒
- 8** 床を水拭きする 使い捨ての手袋、マスク、エプロンを注意して外し、袋は二重にして袋の口をしっかりと閉めて捨てる 処理後はよく手を洗い、換気をする