

こどもの病気対策法①49

— 新型コロナウイルス・インフルエンザ・ウイルス性胃腸炎 —

小宅医院 小宅民子

今年の冬は、新型コロナウイルス感染症の流行が拡大し、感染予防が重要となっています。さらに、例年冬には、インフルエンザ感染症やウイルス性胃腸炎も流行します。今年は、インフルエンザ感染症やウイルス性胃腸炎は、例年に比べ少ない状態ですが、今後の感染者発生動向に注意し、徹底した感染対策が必要となります。

インフルエンザの主な感染経路は、感染している人の咳やくしゃみから発するウイルスを吸い込み感染する飛沫感染や、感染している人との直接の接触や、ウイルスがついている手やドアノブを介して感染する接触感染です。インフルエンザの予防は、①ワクチン接種②手洗い、うがい、マスク着用、③水分補給、睡眠、栄養、保温などです。

冬に流行するウイルス性胃腸炎は、ほとんどがロタウイルスとノロウイルスによるものです。ウイルスがついた食物や、便や吐物にふくまれるウイルスが手指を介して口に入ることでうつります。また、吐物や排泄物が乾いて空気中にまいたが、そのウイルスを吸い込むと感染します。有効な治療薬はなく、脱水にならないように水分補給が重要です。感染を予防するには、手洗いを行い、食品はしっかりと熱を通して食べるようにしましょう。吐物や排泄物を処理するときは、使い捨て手袋やマスクを用い、乾かないうちにすばやく処理し、消毒しましょう。ノロウイルスはアルコール消毒が無効です。熱湯（1分以上）や次亜塩素酸ナトリウムで消毒して下さい。多くの人が触れるドアノブや手すりなどはこまめに消毒しましょう。ロタウイルス胃腸炎はワクチンで予防できます。ロタワクチンは、昨年10月より定期接種化されました。

冬に流行する感染症 5つのポイント

- 今年の冬は、新型コロナウイルス・インフルエンザ・ウイルス性胃腸炎の流行に注意
- インフルエンザの予防は、ワクチン接種・手洗い・マスク着用
- ウイルス性胃腸炎の予防は、手洗い・吐物や排泄物の適切な処理など
- ノロウイルスは、熱湯（1分以上）や次亜塩素酸ナトリウムで消毒する
- ロタウイルス胃腸炎はワクチンで予防できる