

地域医療従事者研修会

平成27年11月25日(水)

感染管理認定看護師 渡邊 正美



毎年、地域の医療従事者の方を対象に、感染対策研修会を行っています。今年も、インフルエンザや感染性腸炎についてお話させていただきました。

インフルエンザと診断されたら

- 安静、うがい、手洗い
- 栄養（特に水分）
- 必要以上に暖かくする必要なし（脱水の危険）
- 家族の中で抵抗力の弱い人には気をつける

こんな時はすぐに受診を！

- ・ぐったり（全身状態不良）
- ・けいれん（脳炎・脳症、熱性けいれん）
- ・水分が取れない（脱水）
- ・呼吸が荒い（肺炎）
- ・意味不明の言動（脳炎・脳症）

熱が下がっても感染可能期間（発症前1日から発症後5日間）は外出を控え、外出時はサージカルマスクを着用しましょう

自分や他の家族がかからないことも大切

患者も、自分もサージカルマスクをつける

鼻水をかんだティッシュペーパーを触ったあとは手洗いをする
鼻水をかんだティッシュペーパーは、ふた付きのゴミ箱に捨てるか、ゴミ箱とは別にビニール袋に入れて結んで捨てる
看護者は手洗い、うがいを徹底して下さい

熱が下がるまでできるだけ家の一部屋に患者にいてもらうようにして、室内のドアを閉め、2時間に1回は窓をあけて空気を入れ替えをする
子どもの場合は、親は必ずマスクをして、手洗い、うがいをしましょう

間違ったマスクの方法

ノーズピースとブリーフの隙を鼻の側に合わせていない
鼻の跡のすきまから隙が入る

口だけを覆い、鼻は出ている
自分の呼吸が邪魔しない
効果はあるが、自分の保護ができない

ゴムひもがゆるい
鼻との接点面の隙間から隙間が入る

着用していたマスクを覆う
覆う部分には消毒剤が付着している恐れがあり、それがマスクの内側に入ってしまう

ノロウイルス感染症とは

- ・ノロウイルスによる感染性胃腸炎
- ・潜伏期間：12～72時間
- ・症状の主体は、嘔吐と下痢で1～2日で軽快
- ・食物からの感染（食中毒）と感染者の便や嘔吐物からの二次感染がある
- ・ワクチンではなく、治療は輸液など対症療法となる

ノロウイルス

カキやホタテなどの2枚貝類内において、ヒトの腸管内でしか増殖しない
感染力：ウイルス10～100個で感染
ウイルス量（症状があるとき）：便1gに1億個・嘔吐物で100万個
感染可能期間：最低でも症状消失～48時間
長い場合は1週間～1ヶ月ウイルスが便から排泄される
アルコール、高温、乾燥に強い

新型遺伝子のノロウイルス

- ・遺伝子群の分類：GI～GV
- ・ヒトに感染するのはGI、GIIおよびGVの3つの遺伝子群のウイルス
- ・さらにGIは14種類、GIIは21種類の遺伝子型に分類される
- ・近年全世界的に流行しているノロウイルスは遺伝子型GII.4が多い。
- ・今年になって、GII.17の遺伝子が検出されており、大流行の恐れがあるといわれている

図3. 推定感染経路別ノロウイルス感染集団発生月の別推移、2010年9月～2014年6月

毎月、ノロウイルスの集団発生はあるが、特に11月～3月が多い
食中毒よりも人から人へ感染する2次感染者の方が集団発生で多い
食中毒予防（85℃まで加熱）、2次感染予防（嘔吐物や便は、拭き取って消毒すること）が大切

ノロウイルスが冬に流行するわけ

- ・ウイルスは冬期の低い気温や低室温を好む
→ 気温や水温4℃で50日以上生きています
- ・夏などと違い乾燥しやすい季節
→ 熱に弱い乾燥に強い
- ・冬は低気温の関係で人間の体温が下がる
→ 自己免疫力が低下して、感染しやすい

冬が1番過ごしやすい季節だから

牡蠣が原因？

二枚貝（あさり、しじみ、ほたて、牡蠣）
食物のプランクトンを食べるとき、海水を取り込み、体内で濾してから、中腸腺に（内臓）蓄える
海水中のノロウイルスも蓄えてしまう

- あさり、しじみ、ほたてにもウイルスはいる
- あさり、しじみ：小さく、ウイルス量は少なく、生食しない
- ほたて：生食は主に貝柱
殻つき貝を焼いて食べることがあるので、十分加熱されていなければ、発症する可能性あり
- 牡蠣：他の二枚貝より大きく、ウイルス量を多く含んでいる
1番生食の機会あり、内臓ごと食べる

→ 牡蠣で発症するイメージ

ノロウイルスに効く！ 次亜塩素酸ナトリウム消毒液のつくり方

原液濃度	希釈	方法	使用する場所
0.02%	1%	50倍 原液10mL+水500mL	調理器具、トイレのドアノブ、便座、床など
0.1%	1%	10倍 原液10mL+水100mL	おう吐物や便が直接ついた衣類など

【注】
① 1Lの水に、100mLの消毒液
② 消毒液は、10分間、10分間
③ 消毒液は、10分間、10分間
④ 消毒液は、10分間、10分間