

感染性胃腸炎・食中毒を予防しましょう！

予防方法① 手洗い

予防の最も有効な対策は手洗いです。外出後やトイレの後、食事の前の手洗いを励行しましょう！



《手洗いの4原則》

- ①石けんをつけて
 - ②洗い残しなく
 - ③流水で流し
 - ④最後はペーパータオル
- ※タオルの共有はしないこと



Point2 ペーパータオル



予防方法② 消毒

ノロウイルス・アデノウイルス・病原性大腸菌(O-157等)などには「次亜塩素酸ナトリウム」が有効です！

※アルコールは、消毒効果が低い場合が多いです。

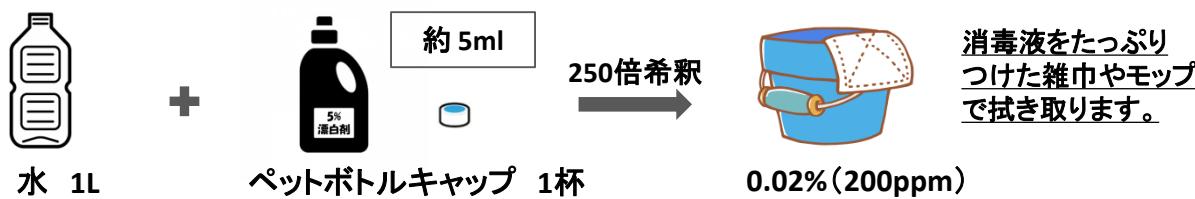
※次亜塩素酸ナトリウムは、市販の「家庭用塩素系漂白剤」にも含まれています。

消毒液の作り方

◎普段使用する消毒液

手洗い場、ドアノブ、おもちゃ、車椅子、調理器具など、直接手で触れる部分を消毒しましょう。

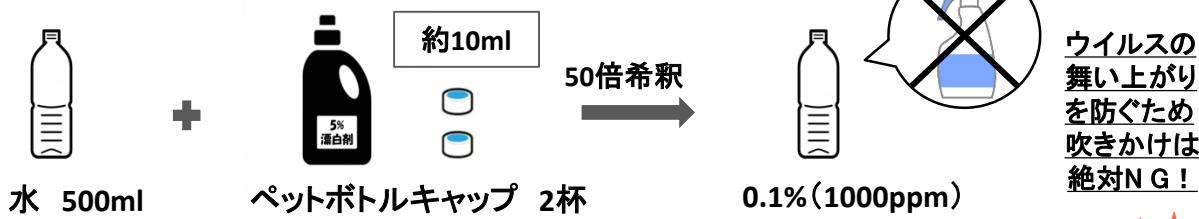
長期保存はできません。一時的に保管する場合は、遮光して保管しましょう。



◎汚染された場所に使用する消毒液

乾燥して空気中に漂うのを防ぐため、便や吐物は速やかに処理し、床、トイレなどの消毒を徹底しましょう。

作り置きは効果が低下します。なるべく使用直前に作りましょう。



《消毒液の注意点》

○ 未開封でも徐々に劣化します。消費期限と保管状況に留意し、早めに使い切りましょう。

<次亜塩素酸ナトリウムの弱点>

- ①日光(紫外線)
- ②高温環境
- ③時間の経過
- ④有機物(汚れなど)

- 間違って飲まないよう、容器に消毒液であることをはっきり明記しましょう。
- 塩素は吸い込むと体調が悪くなることがあるため、使用時には十分に換気を行いましょう。
- 金属を腐食する作用があります。金属製品への使用後は必ず水で洗い流すか拭き取りましょう。



吐物処理の方法

処理の準備

速やかに処理できるよう、普段から用意しましょう！

《身じたぐに必要な3点 + 処理に必要な3点》

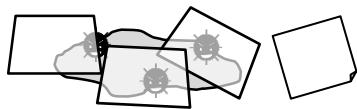
- | | |
|--------|-------------|
| ・手袋 2組 | ・使い捨ての布など |
| ・マスク | ・使い捨て |
| ・エプロン | ・ビニール袋 2枚 |
| | ・消毒液(直前に作成) |



処理の手順

◎ ステップ1 ウイルスを吸い込まない対策

○ 汚物を覆う



使い捨ての布やペーパータオルなどで吐物を覆う

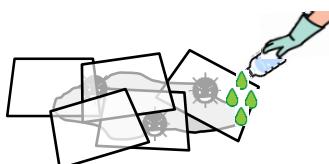
○ 立ち入り禁止・換気



周りにいる人を遠ざけて換気をする

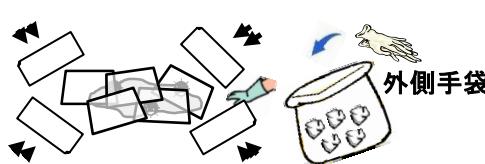
◎ ステップ2 汚物の回収

① 0.1%消毒液



静かに消毒液を覆った上から注ぐ

② 吐物を残さず回収



広げないよう、外から内に集める
終わったら、外側の手袋を捨てる

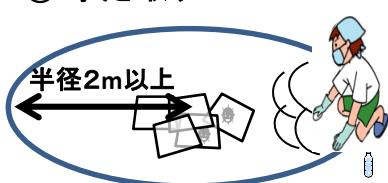
③ 汚染物の消毒



消毒液を入れて口をしばる

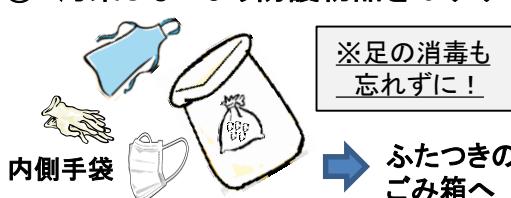
◎ ステップ3 消毒・手洗い

① 拭き取り



充分な範囲を、浸すように拭き取る

② 汚染しないよう防護物品をはずす



新しい袋に汚染物と防護物品を入れる

③ 適切な手洗い



全て終わったら必ず手洗い！

汚れた衣類や布団などの処理

吐物や下痢便がついて汚れたものは、消毒した後、他のものと分けて洗いましょう！

① 汚物をしっかりと取り除いた後、洗剤を入れた水の中で静かにもみ洗いをします。

② 消毒をします。

○ 85度1分間以上の熱処理

(例)熱水につける、スチームアイロンを使用する

○ 0.02%の消毒液に30分以上浸す

※家庭用漂白剤は漂白作用があるため注意

③ 他の衣類と分けて洗います。



小樽市保健所 健康増進課 感染症担当

電話: 0134-22-3110