

おしゃべり通信

No. 244 R2. 3. 15 発行 如春会 浦田医院



感染症対策の基礎知識

～ここでもう一度確認しましょう～



●感染症対策の3つの柱

① 感染源の排除

感染源とは、感染症の原因となる病原体(ウイルスや細菌など)を含んでいるもの

② 感染経路の遮断

感染経路には、空気感染、飛沫感染、接触感染などがあります

感染経路	特徴	主な病原体
空気感染	咳やくしゃみなどでウイルスや細菌が飛び出し、空中に浮遊し続け、空気の流れにより飛散します。1m を超えて人に感染します。	結核菌 麻疹ウイルス 水痘ウイルス など
飛沫感染	咳、くしゃみ、会話などにより、細かい唾液や気道分泌物につつまれて空中に飛び出し、約1m の範囲で感染します。	インフルエンザウイルス ムンプスウイルス 風しんウイルス など
接触感染 (経口感染を含む)	手指、食品、器具等を介しての間接的な接触により感染します。(ノロウイルスの場合、乾燥した汚物からウイルスが空気中を浮遊し、感染することもあります。)	ノロウイルス 腸管出血性大腸菌 など

感染経路の遮断は、

- I. 感染源(病原体)を持ち込まない
 - II. 感染源(病原体)を拡げない
 - III. 感染源(病原体)を持ち出さない
- ことです。

健康の確認、手洗い・うがいの励行、咳エチケットの徹底、感染している者(疑いのある者)と健康者との接触を避けるなどの措置をとることが必要です。

③ 感染の防止(予防)

手洗いはきちんとできていますか？

ご家庭で確認してみましょう。



まずは流水で洗浄し、液体せっけんを使用しましょう。

正しい手洗手順



せっけん成分は確実に洗い流し、感染症発症時(流行時)はタオルの共用はしないようにしましょう。

●早めに気付けるよう「いつもと違う」サインを見逃さないで

主な症状	要注意のサイン
発熱	ぐったりしている 発熱以外に、嘔吐や下痢などの症状が激しい
嘔吐	頻回または突然の嘔吐
下痢	便に血が混じっている
咳、咽頭痛・鼻水	熱があり、痰のからんだ咳がひどい
発疹(皮膚の異常)	強いかゆみがある場合も、まったくかゆみがない場合もある

参考:子ども達を感染症から守るために(京都市)資料





RSウイルス感染症や ヒトメタニューモウイルス感染症が 流行しています



RS ウイルス感染症もヒトメタニューモウイルス感染症も気管支炎や肺炎などの呼吸器感染症を引き起こすウイルスの一種による疾患です。

〈症状〉

発熱、鼻水、咳といった風邪症状に始まり、悪化すると喘鳴(呼吸に伴ってゼーゼー、ヒューヒューすること)や呼吸困難の症状が出ることもあります。

	RS ウイルス感染症	ヒトメタニューモウイルス感染症
発熱	発熱がほとんどない まま、あるいは下熱した 後から呼吸状態が悪く なることもある	RSに比べると発熱の程度 が高く、期間が長めの傾向 がある
好発年齢	1 歳半までに半数以上、 2歳までにほぼ全員が感 染	2 歳までに約半数、10 歳 までにほぼ全員が感染
どちらのウイルスも乳幼児の間で流行する		

どちらのウイルスでも1回の感染では免疫を獲得できないため、何度か繰り返して感染しますが、年齢が上がるにつれて症状は軽くなります。しかし、大人も感染しますので特に高齢者では重症化する場合もあり、注意が必要です。

〈治療法〉

どちらのウイルスにも抗ウイルス薬はなく、基本は対症療法です。適切な栄養・水分の摂取をし、温かくして、ゆっくりと休みましょう。症状が辛いときは咳や鼻水を抑えたり、熱を下げたりするためのお薬が出る場合があります。

〈予防法〉

飛沫感染及び接触感染でヒト→ヒト感染します。帰宅したら手洗い・うがいを徹底し、咳エチケット(ヒトにうつさないことが目的です)を励行しましょう。タオルや食器類の共有(共用)は避け、小さな赤ちゃんや高齢者が身近にいる人は風邪症状のある間は換気も含め、特に注意しましょう。