



感染性胃腸炎（ノロウイルス）の感染予防について

ノロウイルスは感染性胃腸炎の主な原因の一つです。ノロウイルスはとても感染力が強く、集団発生や家族間での発病を起こすことがあります。家庭内での感染予防は重要です。

< ポイント >

1. 手洗いは二次感染予防の基本

手をこまめに石鹸と流水で洗うことが重要（ウイルスを手から落とすイメージで）



- * トイレの後に
- * 嘔吐物・便の始末後に
- * 環境消毒の後に
- * 食事や調理の前に

アルコール消毒液は、ノロウイルスに対しては消毒効果がありません。

2. 排泄の介助、嘔吐物の片付けは注意して

手袋・エプロン・マスク・布やペーパータオル・ビニール袋を準備しましょう。

【排便の世話】

注）ふん便中には1～2週間はノロウイルスが残存しています。

手に便が触れないように注意して（手袋使用）、他の場所に触れないようにします。

紙おむつはビニール袋に密封して捨てます。

トイレが便で汚したらその部分を塩素系消毒液①※で消毒します。（布やペーパータオルにしみこませしっかり拭く）マスク着用もおすすめします。片づけが終わったら流水で手洗いします。

【嘔吐物の片付け】

※作り方は裏面を見てください。

使い捨ての手袋、マスク、汚れてもいいエプロンを準備します。

嘔吐物は使い捨ての布やペーパータオルで覆うようにして静かにふき取りましょう。

汚染した部分は塩素系消毒液①※で消毒します。（布やペーパータオルにしみこませしっかり拭く）使用した布やペーパータオルはすぐにビニール袋に密封して捨てましょう。

【下着や汚れた衣類は消毒して洗濯】

他の家族の衣類とは別にして洗濯しましょう。

付着した便・嘔吐物は出来るだけ取り除きます。

やけどしないよう85℃熱湯消毒1分以上、あるいは塩素系消毒液②※に10分間つけます。

その後洗濯します。（※：衣類が脱色します。脱色を避けるには熱湯処理をしましょう。）

【身体は清潔に】

他の家族との混浴は避けるようにしましょう。症状のある方が入浴する際は最後にします。

下痢の場合はおしりを良く洗いましょう。タオルやバスタオルの共用は、感染拡大し危険です。

塩素系消毒液のつくり方

500ml ペットボトルと、そのキャップで作成できます。

◀ 使用方法は表面を参考にしてください。 ▶

(準備するもの)

プラスチック手袋 (: 箱入りが薬店・ネットで買えます。)

市販のハイター液・ペットボトル 500ml 空の容器 : ふた (キャップ) も使います。



水道水は、ハイター液を足すのでこの程度まで

500ml ペットボトル
と キャップ



ハイターを扱う時は、手袋をしましょう。

ペットボトルのキャップ1杯
5ml 程度のハイター

消毒液①のつくり方

濃度 0.1% (生活環境の消毒 や 吐物・便の処理)

ペットボトル 500ml に水道水を入れ、ハイター液をキャップ 2 杯足す
キャップをして、少し振って混ぜましょう。

消毒液②のつくり方

濃度 0.02% (汚染した衣類の消毒)

ペットボトル 500ml に水道水を入れ、ハイター液をキャップ 1/2 杯足す
キャップをして、少し振って混ぜましょう。

注) お子様や認知症の方がおられるご家庭は、消毒液の誤嚥がないように管理をお願いします。

注) 作成した消毒液は使い切るか、環境消毒の目的達成後に、水道水を流しながら廃棄します。