

健康相談サービス、ご相談事例



Q. 子供が学校で「ノロウイルス」と「ロタウイルス」に注意！ のお知らせをもらってきました。

ご相談者： ヤマベ カヨさま（仮名）からご相談

子供が学校で「ノロウイルス」と「ロタウイルス」に注意！のお知らせをもらってきました。ニュースでも報じられていますし、この子の下に小さな子供もいますので、予防や感染した時の注意を教えてください。

インフルエンザと同じように、手を洗ったりうがいをしたりすることが大事だと思うのですが、手の洗い方とか石鹸やアルコールを使うのが良いのかと言ったようなことを教えてください。特に、子供は学校でうつることもあると思いますが、その子がうつらなくても下の子供にうつることもあると思うと心配です。

少し神経質になっているように思いますが、家で出来る予防や感染した時にどうしたら良いかを教えてください。



回答：看護師が回答いたしました

学校からのお知らせがあった「ノロウイルス」も「ロタウイルス」も学校で感染しやすいウイルスです。まず、「ノロウイルス」ですが、殆どが食べ物や食器からの「経口感染」です。カキやあさり、蛸などに多く付いていますので、よく洗って食べるようにしましょう。ウイルスに感染した人の便や嘔吐したものを介してうつりますので感染した人が手を十分に洗わずに料理したものを食べるとうつります。家庭では、感染していなくても十分に手洗いをして料理をするようにしましょう。

「ロタウイルス」も大部分が経口感染です。ノロウイルスに比べ感染力が強く乳幼児の感染が多く、大人の感染は比較的少ないようです。どちらも下痢と嘔吐の症状があり、ロタウイルスでは高熱が出ますが、ノロウイルスは比較的発熱するケースは少ないといわれています。

学校に行ってしまうと親御さんの目が届かないので心配ですが、まずは手洗いの習慣をつけることです。トイレに行ったらきれいに手を洗うこと、食事前の手洗いを徹底すること。後は、外出から帰った時もきれいに手を洗う習慣をつけるようにしたいですね。手を洗う時は、指先や指の間、手のひらを丁寧に流し洗うことです。特にトイレのドアノブや乗り物の手すりなどは色々な人が触るので、きれいに手を洗っていない人が触っていることもあり、外出から帰ったら必ず手を洗う習慣をつけましょう。症状としては、水っぽい便が続いたり嘔吐したりします。下痢や嘔吐で脱水状態になりますので、症状があれば受診することをお勧めします。同時に水分も補給してください。小児科では、嘔吐している場合は受診してもお薬が出ないこともあります。嘔吐していると水分も不足しますので、脱水には充分注意してください。

予防の一番は、手洗いでウイルスを流し落とすことです。食事前の手洗いは色々な病気予防にもなりますので、外出から帰った後と食事前の手洗いは習慣にしましょう。