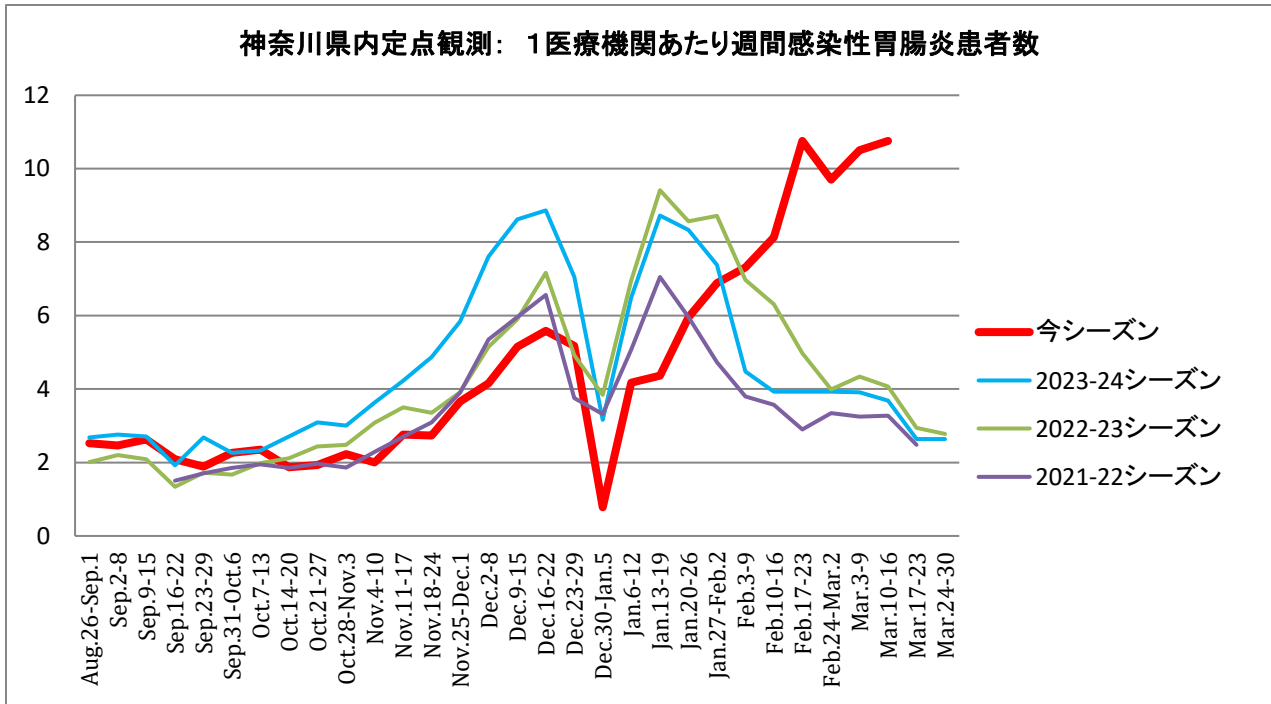


冬季はノロウイルスによる胃腸炎，春季はロタウイルスによる胃腸炎が多くなると言われています。今シーズンはなぜかピークアウトが遅くなっています。



(図：神奈川県衛生研究所のデータより作成)

## ●感染性胃腸炎の症状とは

原因となる病原体や体の抵抗力等によっても異なりますが、一般的に、下痢、悪心、嘔吐、腹痛、発熱などの症状がみられます。

## ●感染してしまったら

- 上記のような症状が見られたら、自宅での療養をお勧めします。症状がひどい場合は、自宅近くの機関を受診してください。また、下血が見られた場合は、すぐに医療機関を受診して下さい。
- 水分を十分に取って下さい。常温のスポーツドリンク，コンソメスープ，ミネラルウォーターなどがお勧めです。牛乳，コーヒー，紅茶，緑茶は避けた方が良いでしょう。胃腸薬や整腸剤は食事と関係なく，飲んでかまいません。
- 水分は少しずつ補給した方が良いでしょう。また、回復期には消化しやすい食事をとるよう心がけましょう。

## ●ノロウイルス感染症の特徴

- 潜伏期間は24時間～48時間と言われています。
- 下痢、吐き気、嘔吐など胃腸炎症状が出ます。
- 感染経路は、経口感染、飛沫感染が主です。
- 通常、症状は3日ほど続きます。
- 症状がなくなっても、1週間程度は、便を介してウイルスが排出されると言われていますので、手洗い等きちんと行うようにしましょう。