

皆さん こんにちは。
 年の瀬で何かと忙しいですが
 体の調子はいかがですか？
 今月は今、大流行の
 シロウイルス。対策についての
 アドバイスです。ぜひ参考
 になさって新年を迎えましょう
 院長 鈴木 栄



新松戸さかえ接骨院

	月	火	水	木	金	土
AM	○	○	○	○	○	8:30~
PM	○	○	○	○	○	14:00

AM 8:30~12:00

PM 15:00~20:00

※日祝祭日も事前予約にて診療いたします

お気軽にお電話ください

☎047-382-5648

冬場に流行！ノロウイルス感染対策！

<ノロウイルスの特徴>
 ! 激しい下痢や嘔吐を起こす
 ! 冬場（11月～1月）に流行
 ! 感染力が非常に強い

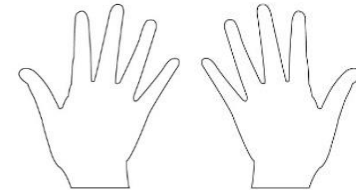
感染経路

汚物による接触・飛沫感染
 調理による接触感染
 食事による感染
 飲料水による感染

☆感染を防ぐ予防対策

①手洗いをしっかりと！

指先、指の間、爪の間、親指の周り
 手のしわ、手首



②食品はしっかり加熱 なるべく火を通したものを、特に貝類は注意。

③調理器具の消毒

④頻繁に手で触れるものを清潔に ドアノブ、手すり、トイレ、椅子など

☆二次感染を防ぐ注意点

→正しい汚物処理の方法を覚えましょう

* スピーディーに処理する！

- ・部屋を十分に換気し、使い捨ての手袋、マスクを着用
- ・タオルやペーパータオルなどで吐物を除去
- ・その後塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム0.1%）で消毒
- ・ふき取りに使用したものはビニール袋に入れ密封し廃棄

◆感染すると1～2日で発症

- ・嘔吐
 - ・発熱（38℃以下）
 - ・下痢（ひどい時は1日20回以上）
 - ・脱水症状
 - ・頭痛
 - ・腹痛 ...など
- ※症状軽い場合風邪のような症状

◆2～3日で快方へ

ただし二次感染に要注意！！

1～2週間から1か月間、糞便中にウイルスを排出し続ける。

<消毒液の作り方>

市販のハイター（塩素系）
 500ccのペットボトル

ボトルに少量の水→10ccの
 ハイター→いっぱいまで水
 の順で入れよく振ります。