医療法人 厚生堂
長崎病院
長崎病院 情報誌
http://www.nagasaki-hp.jp

むつみ

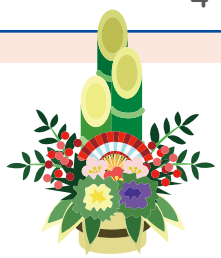
vol. 90
2017.1

目次

新年のご挨拶……1
ノロウイルスと冬の食中毒……1～2
やけどの応急処置について……3
お知らせ……4

新年あけましておめでとうございます。本年が皆様にとって平穏な年となりますことを祈念いたします。また、長崎病院は皆様の健康にお役にたてるよう努力してまいります。

理事長　長崎 孝太郎



ノロウイルスと冬の食中毒

内科医師　原　均

はじめに

食中毒は細菌やウイルス、自然毒、化学物質などが原因で発生します。食中毒というと梅雨時や夏に多いイメージがありますが、冬にも多く発生します。その原因の多くは『ノロウイルス』によるものです。

ノロウイルスとは

ノロウイルスは1968年に米国のオハイオ州にあるノーウォークという町の小学校で集団発生した急性胃腸炎の患者のふん便から小型球形ウイルスが検出され、発見された土地の名前を冠してノーウォークウイルスと呼ばれるようになったのが始まりで、2002年8月、国際ウイルス学会で正式に「ノロウイルス」と命名されました（写真）。

ノロウイルス電子顕微鏡写真

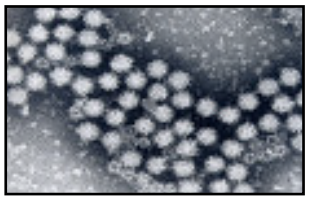
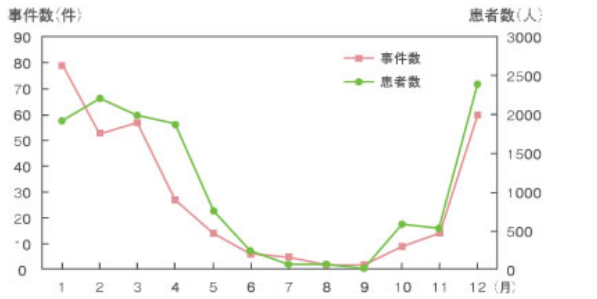


写真:広島県福祉保健部食品衛生室

ノロウイルスは乳幼児から高齢者に至る広い年齢層で急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。毎年11月～3月に流行し、非常に感染・発症力の強いウイルスで、集団食中毒の原因ともなります。

平成25年 ノロウイルスを病原物質とする食中毒発生状況



参考:厚生労働省食中毒統計 平成25年 食中毒発生状況

ノロウイルスの特徴

○下痢だけでなく、嘔吐が多い

ノロウイルスは下痢だけでなく、嘔吐を引き起こすことが特徴です。下痢であればウイルスはトイレで流されてしまうのですが、嘔吐の場合は適切に処理・消毒しないと、ウイルスが床に残り、乾燥したホコリと共に空気中に舞い上がり、感染が広がっていくこともあります。

○消毒薬に対する抵抗力が強い

ノロウイルスはアルコールや低温・高温に対する抵抗力の強いことが特徴です。乾燥や酸にも強く、水中でも長時間生きることのできる厄介なウイルスです。

○一度かかっても、何度も感染することがある

ノロウイルスは多数の遺伝子型が存在するため、同じ人が複数の違った型のウイルスに感染することがあり、注意が必要です。

感染経路

ノロウイルスは食品内では増殖せず、**ヒトの腸内で増殖**し、便に排泄されます。そして、下水を通じて河川や海へと流れ、カキなどの二枚貝の内臓に蓄積されます。

汚染された二枚貝を生や不十分な加熱調理で食べることにより、また、手や調理器、患者の便や嘔吐物からの二次感染により、食中毒になります。さらに、調理を行う食品取扱者が感染しており、その者を介して汚染された食品を食べた場合やウイルスに汚染された井戸水や簡易水道を消毒不十分で摂取した場合などに感染します。

特に、感染した食品取扱者を介して集団食中毒するケースが近年増加傾向にあります。

潜伏期間と症状

潜伏期間（感染から発症までの時間）は1～2日です。主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などで、発熱（軽度:37～38℃くらい）、頭痛、筋肉痛を伴うこともあります。

これらの症状は通常であれば1～3日ほど続いた後、治癒します。また後遺症が残ることもありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状のみの場合もあります。

ただし、免疫力の低下した老人や乳幼児では長引くことがあり、激しい嘔吐や下痢による脱水症状に気をつける必要があります。

ノロウイルス感染性食中毒の診断法

臨床症状からだけではノロウイルスによる感染は特定できないため、ウイルス学的な診断を行います。通常、患者の便や吐物を用いて、電子顕微鏡法、RT-PCR法、リアルタイムPCR法などの遺伝子を検出する方法でウイルスの検出を行い、診断します。

便には通常大量のウイルスが排泄されるので、比較的容易にウイルスを検出することができます。

治療法

ノロウイルスには有効な抗ウイルス剤はなく、通常、対症療法が行われます。

特に、免疫力の低い乳幼児や高齢者は脱水症状を起こしたり、体力を消耗したりしないように水分と栄養の補給を充分に行ってください。

脱水症状がひどい場合には水分の損失を防ぐために病院で輸液を行うなどの治療が必要になることもあります。

対症療法で大切なことは、強い下痢止め薬を服用しないことです。無理に下痢を止めるとウイルスが腸管内に溜まり、病気の回復を遅らせることがありますので、使用しないことが望ましいでしょう。

予防のポイント

❶手洗い・うがいの励行

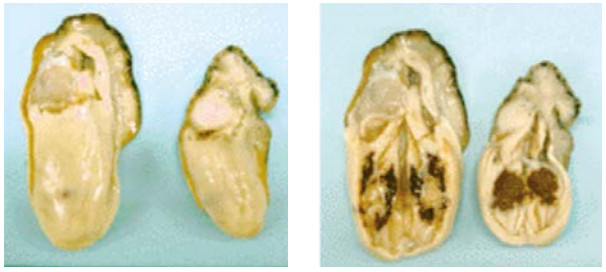
帰宅後、食前、トイレの後、赤ちゃんのおむつ交換後、調理前には必ず手は石鹸を使い洗いましょう。石鹸ではノロウイルスを死滅できませんが、手の脂肪等の汚れを落とすことでウイルスを手指から剥がれやすくします。

❷食材の加熱調理

カキや二枚貝は出来るだけ生ものは避け、十分に火を通しましょう。食品中のノロウイルスは加熱により感染性をなくすことができます。

食品の中心部温度が85℃ 1分以上になるようにしっかり加熱して食べましょう（図）。

（図）加熱前と加熱（85℃ 1分）後のカキの状態



〈加熱前〉 〈加熱後〉 〈加熱前〉 〈加熱後〉

85℃1分の加熱でカキの内臓部分は完全に凝固する。

資料:厚生労働省

③下痢やおう吐等の症状がある場合

下痢やおう吐等の症状がある方は食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。

二次感染を防ぐために（汚物処理について）

患者の便や吐物には大量のウイルスが排出されますので、予防のためにも次のことをしっかりと守りましょう。

❶便や吐物の処理をする時は素手で触らず、必ず使い捨てビニール手袋を使用しましょう。

汚物の消毒は市販の塩素系消毒剤（漂白剤）を希釈したものを使用してください。

❷下痢の症状がなくなったからといって安心してはいけません。患者の便にはしばらくウイルスの排出が続きます（約2週間は要注意）。患者の便や嘔吐物を処理する際には使い捨てビニール手袋を使用し、用便後や調理前の手洗いを徹底しましょう。

❸便や嘔吐物はペーパータオル等で取り除き、ビニール袋に入れてください。残った便や嘔吐物の上にペーパータオルをかぶせ、その上から50倍～100倍に薄めた市販の塩素系漂白剤を十分浸るように注ぎ、汚染場所を広げないようにペーパータオルでよく拭きましょう。

❹ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、これが口に入って感染することがありますので、便や嘔吐物を乾燥させないことも重要です。

塩素消毒剤の簡単な調整法

市販されている次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなど）は5～6%の濃度となっているので、500mlのペットボトルを用いて希釈すると便利です。500mlのペットボトルのフタには5ml入ります。

❶次亜塩素酸ナトリウム製品の原液をフタ2杯ペットボトルに入れる。

❷水道水を入れて500mlとする。

これで約1,000ppm（0.1%）の次亜塩素酸ナトリウム液となる（原液の50倍希釈液）。

❸それを5倍希釈すると200ppm（0.02%）となる。

なお、塩素剤の使用にあたっては、使用上の注意を十分確認して行ってください。特に皮膚の消毒には使用しないでください。

※ノロウイルスには消毒用アルコールが効きにくいと言われていますので、消毒には上述した塩素系消毒剤を使用して下さい。

食中毒の原因となるノロウイルスの流行は毎年11月から3月の冬の時期です。この時期のカキや二枚貝は出来るだけ生ものは避け、十分に加熱調理するように心掛けて下さい。

健康コラム

やけどの応急処置について

外来看護師　佐伯　祐紀子

やけどは、日常生活では熱湯や油、熱い鍋など触ったとか、炎などで受傷されることが多く、特に冬は、暖房器具の使用や、熱い食べ物、飲み物を摂ることによるやけどが多くなります。

初めの適切な応急処置が肝心なので、慌てず正しい応急処置をすることが大切です。

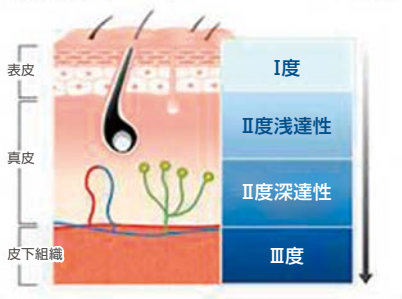
❶やけどの程度を見る

やけどをしたらまず、範囲を見ることと、冷やすことが大切です。深さは、やけどをした時点でははっきりしないのですが、皮膚が白くなっているⅢ度などや、Ⅱ度の広範囲で水ぶくれが出来ている場合は、緊急的に医療機関を受診します。（表1、図1）

（表1）やけどの深さ

Ⅰ度	最も症状が軽いやけどで、皮膚が赤くなり熱感、ヒリヒリ感があり、水ぶくれはできません。
Ⅱ度（浅達性）	Ⅱ度の浅いやけどで痛みが強く、水ぶくれが出来ます。きちんと治療する必要があります。
Ⅱ度（深達性）	Ⅱ度の深いやけどで、痛みは浅達性に比べてやや軽く、痛みがないこともあります。水ぶくれができ、下の皮膚は白っぽくなっています。やけど跡が残りやすいのが特徴です。
Ⅲ度	皮膚全層に及ぶやけどで最も深い状態。感覚を失うため痛みはほとんど感じません。水ぶくれも出来ず肌の表面が白くなることが多くみられます。やけどの跡が残り、治ってからも傷痕が赤く盛り上がってしまうこともあります。

（図1）皮膚の構造とやけどの深さ



イメージ図

❷適切な応急処置の方法

やけどは、受傷した直後は痛みが強く、受診する前に適切な応急処置をすることにより、痛みを和らげるだけでなく、熱が皮下組織までいかないように冷やして熱を放失させ、また流水でさらすことで表面のバイ菌を洗い流します。

■軽症～中等症の場合（Ⅰ度～小さい範囲のⅡ度）

直ちに水道水などの流水で十分流し、患部を冷やします。もしも衣服の下をやけどした場合は無理に脱がさずその上から流水でそのまま冷やします。皮膚が衣服に張り付いていることがあるからです。また患部が腫れることがあるので腕時計やアクセサリーは外します。患部が胸腹部などの場合は濡らしたタオルで冷やしますが、冷やし過ぎて体温を下げないように毛布やタオルケットなどで保温にも気をつけます。

水ぶくれができた場合は、潰さないようにし、患部の痛みが落ち着くまで冷やし、清潔なガーゼ、タオルなどをあてて受診します。

■重症の場合

広範囲に及ぶやけどや深いやけど、または、煙を吸い込んだ気道熱傷の場合は、緊急に救急車を要請します。広範囲のやけどは清潔なシーツ、バスタオル等で覆い水をかけて冷やし、衣服は無理に脱がさないようにします。

■特殊なやけどの場合

化学熱傷（薬剤・薬品によるもの）は、衣服や靴を脱いで体についた薬品を流水で30分以上流し患部をガーゼやタオルで保護し受診します。

また、冬季に多いやけどとして低温熱傷があり、カイロや、湯たんぽなどあまり高温でないものや、ストーブ、ファンヒーターなどで、長時間熱がおなじ場所に触れていることで、重症のやけどをおこす事があります。見た目よりやけどが深いので、すぐに医療機関を受診する必要があります。

お知らせ

糖尿病教室『糖尿病をよく知ろう』
～糖尿病と上手に付き合いながら暮らしていくために～

どなたでも参加できます。申込みの必要はありません。直接会場にお越しください。

日時：2月18日（土） 13:15～14:45
場所：長崎病院ヘルスケアセンター1階
演題：1. 糖尿病合併症とその予防 ～網膜症、腎症を予防するために～
講師：医　師 片倉 尚子
2. 薬物療法の注意点　講師：薬剤師 寺岡　豊

●お問い合わせ　長崎病院 外来受付 ☎082-208-5801㈹

生活習慣病予防教室『健康寿命をのばすためにできること』
～生活習慣を改善しましょう～

日時：3月3日（金） 14:00～15:30
場所：三篠公民館
TEL&FAX 082-237-3077
演題：管理栄養士による減塩教室（於 調理室）
講師：長崎病院 管理栄養士

三篠公民館に申込みが必要です。

外来担当医表

診療時間 午前8:30～12:00／午後2:00～5:30

		月		火	水	木	金	土	
午前	内 科【第1診察室】	住 田		長 崎	原	住 田	長 崎	原	
午前	内 科【第2診察室】	松 本（第1週）	原（第2・3・4・5週）	片 倉	向 田	熊 谷	北垣内	住 田（第1・3週）	向 田（第2・4・5週）
午前	皮膚科・熱傷【第3診察室】	入 福		身 原	身 原	身 原	身 原	身 原（第1・3・5週）	高 萩（第2・4週）
午後	内 科【第1診察室】	北垣内		向 田	片 倉	向 田	熊 谷	片 倉（第1・3・5週）	熊 谷（第2・4週）
午後	内 科【第2診察室】	松 島【神経内科】				北 村【神経内科】	箱 田【リュウマチ・痛風】（隔週）＊		
午後	皮膚科・熱傷【第3診察室】	浪 花		鍋 島	大 谷 熱傷のみ	高 萩	平 川	目 賀	

○熱傷（やけど）は全日診療しています。皮膚科は　で塗ってある日のみです。【　　】は専門外来です。
＊診察週が変動しますので事前にお問い合わせください。
○都合により急遽担当医が変更する場合がございますので、お問い合わせください。電話082-208-5801　外来受付まで

2017年1月現在

■長崎病院のめざす〔地域医療〕〔包括医療〕

長崎病院ヘルスケアセンター
（人間ドック・健診施設機能評価認定優良施設）
☎082-208-5791（代）

内科（循環器・呼吸器・糖尿病など）
皮膚科・熱傷センター
☎082-208-5801（代）

リハビリテーション
（理学療法・作業療法・言語療法）
☎082-208-5801（代）

トータルヘルスセンター HOPE
（厚生労働省指定 運動療法施設）
☎082-238-1756

広島市中広地域包括支援センター
☎082-509-0288（担当:佐古・中村・中本）

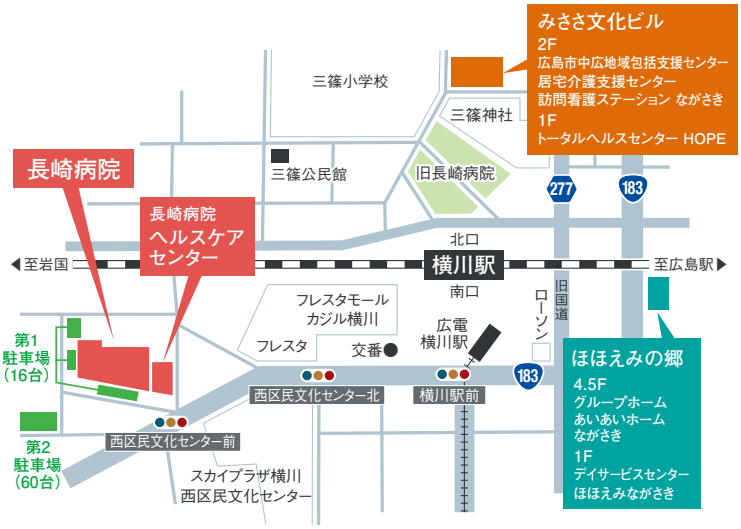
居宅介護支援センター
☎082-230-8181（担当:滋野）

訪問看護ステーション ながさき
☎082-230-8183（担当:久保田）

グループホーム
あいあいホームながさき
☎082-532-6636（担当:荻原）

デイサービスセンター
ほほえみながさき
☎082-532-6630
（担当:安永・横地）

医療法人 厚生堂
長崎病院
〒733-0013 広島市西区横川新町3番11号
JR横川駅 南口より西へ徒歩3分、
西区民文化センター向い
駐車場完備
TEL 082-208-5801（代）
FAX 082-208-5821

診療時間 午前8時30分～12時/午後2時～5時30分　休診日 日曜日・祝祭日

ホームページ http://www.nagasaki-hp.jp
長崎病院 広島　検索