

DR.YOKO's Cafe

体にちょっと優しいお話し

健康づくりで気をつけたいポイントや病気の予防方法をお伝えします。

今月のテーマ

感染性胃腸炎
流行ってます！

新型コロナウイルスの感染拡大により、アルコールでの手指消毒を意識している人は多いと思いますが、アルコール消毒だけでは十分に防げないウイルスもあります。今、胃腸炎を引き起こすノロウイルスなどの感染が増加しています。

感染性胃腸炎は、前のシーズンの今頃は例年に比べて大幅に少なくなっていました。しかし今シーズンには、新型コロナウイルスの感染が拡大する前の2020年を上回るペースで患者が増えていきます。その理由と対策を紹介しましょう。

アルコール消毒が効かない！？ ウイルスの構造

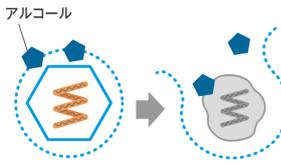
ウイルスは、その構造からエンベロープ(膜)のあるウイルスとそうでないウイルスに分類されます。

エンベロープとは、脂肪・たんぱく質・糖たんぱく質からできている膜で、ウイルスが増殖して細胞から飛び出してくる際に細胞の成分をまとい出てきたものです。

エンベロープウイルス

エンベロープがあるウイルス
この膜はアルコールで破壊することが可能で、エンベロープが壊れるとウイルスも失活する。

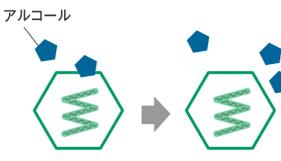
例) 新型コロナウイルス、インフルエンザウイルス



ノンエンベロープウイルス

エンベロープがないウイルス
アルコールのダメージを受けにくく、アルコール消毒が効きにくい傾向にある。手を介して侵入し感染するウイルスは、胃酸や胆汁酸に抵抗できるノンエンベロープウイルスが多い。

例) ノロウイルス、ロタウイルス



感染予防の為に

- ・せっけんを使用して手洗いをする
- ・タオルは共用しない
- ・免疫力を下げない為に十分な休息をとる

感染性胃腸炎は細菌またはウイルスなどの感染性病原体による嘔吐、下痢を主症状とする感染症です。原因はウイルス感染(ロタウイルス・ノロウイルスなど)が多く、毎年秋から冬にかけて流行します。

主症状は嘔吐と下痢ですが、脱水や電解質異常などが、全身症状も加わり、症状には個人差があります。

家庭内や集団で生活している施設においてノロウイルスが発生した場合、そのまん延を防ぐためには、ノロウイルスに感染した人のふん便や吐物からの二次感染、ヒトからヒトへの直接感染、飛沫感染を予防する必要があります。

相変わらず新型コロナウイルスの感染に気を使う日々が続いているのに、なぜ感染性胃腸炎患者は増加しているのでしょうか。その理由の一つとして考えられるのは**“手洗いに對する意識の変化”**です。新型コロナウイルスの感染拡大でアルコール消毒が定着したことで、手洗いが疎かになっていると考えられています。

ではなぜ手洗いが十分でないか？それは、感染性胃腸炎の病原体となるウイルスにはアルコール消毒はあまり効き目がないからです。感染性胃腸炎を予防するために、今一度せっけんを使用した手洗いを徹底することが大切なのです。

	細菌性胃腸炎	ウイルス性胃腸炎
原因	細菌や細菌がつくる毒素	ウイルス
流行時期	夏季	冬季
感染ルート	感染した食品を介する感染	・汚染された食品 ・感染者を介する感染

感染性胃腸炎の中でサルモネラ菌や腸炎ビブリオなどの細菌や細菌がつくる毒素が原因となる感染症を「細菌性胃腸炎」と言います。一方、ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因となる感染症が「ウイルス性胃腸炎」です。この二つは大きな分類としてはどちらも感染性胃腸炎ですが、流行時期や感染ルートが違います。



知っておきたい
感染性胃腸炎の基本



アルコール消毒の盲点？
増える感染性胃腸炎



感染性胃腸炎の種類

感染性胃腸炎が流行っています!! 今注意してほしい感染症は、1位 新型コロナウイルス、2位 感染性胃腸炎、3位 2型ノロウイルス感染症、4位 溶連菌感染症です。一昨年は全国民が手洗いに注目し、感染者が少なかったのですが、その後手洗いがアルコール消毒で代替されるようになり、昨年末からまた流行期を迎えています。

ノロウイルスを代表とする感染性胃腸炎の予防にはアルコール消毒は効果がなく、やはり手洗いが重要になっています。現在、オミクロン変異株の猛威により、各医療機関への受診がとて難しくなっています。もう一度「手洗い、換気、マスク」の3原則を徹底しましょう!



せんだい総合健診クリニック
院長 石垣洋子



医療法人社団進興会

せんだい総合健診クリニック

住所 千980-0811
宮城県仙台市青葉区一番町1-9-1
仙台トラストタワー 4F

TEL 022-221-0066(代表)

URL <https://www.sskclinic.jp/>

記事についてのお問い合わせ ☎022-221-1274