

## ご家族の皆様にご注意していただきたいこと



### ○吐物の処理

ウイルスはウイルス粒子が空気を介して感染します。

便や嘔吐物を乾燥させずに素早く処理をすることが大切です。

吐物は使い捨て手袋をして処理し、その後しっかり密閉して捨てましょう。床などは塩素系消毒剤をしみ込ませた布などでよく拭き、吐物に塩素系消毒剤を直接かけると良いです。

### ○トイレは塩素系洗剤で掃除

トイレ掃除は必ず使い捨て手袋を使用し、塩素系漂白剤で便器を洗い、消毒用エタノールなどを使用して殺菌消毒しましょう。

### ○85℃熱湯消毒

特に感染者が触れていなくても熱湯消毒で菌は死滅します。食品や食器、まな板、包丁、ふきん、タオルなどは85℃以上の熱湯に1分間浸して熱湯消毒を行いましょう。

### ○接触を控える

症状が回復しても、その後1週間～1ヵ月間、排せつ物とともにウイルスが体外に出ると言われています。発症から1ヵ月ほどは排せつ物に触れないように気を付けましょう。

## 胃腸炎にかかった時の処置



OS-1 (オーエスワン) とは…  
体液に最も近い飲料水として甘さも控えめで安心です。熱中症の症状にも効きます。  
薬局やドラッグストアにて販売

### ◎水分補給

脱水症状を防ぐためにも水分補給はしっかりとしましょう。

常温の水や麦茶、カフェインの入っていないレイボスティ、OS-1などのイオン水、乳幼児はアクアライトやりんごジュースがオススメです。

※無理に食事を摂る必要はありません。少しずつこまめな水分補給を心がけましょう！

### ◎十分な安静

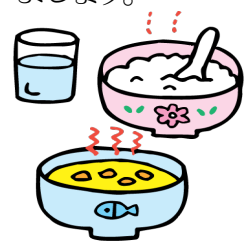
治療薬は開発されていないので、水分をしっかりと摂って安静にするのが一番です。

### ◎薄味の物、消化の良い食事

うどん、マカロニ、茹でた野菜、魚など消化の良い温かい物を食べましょう。

お粥や野菜スープなどもオススメです。

## こんな時はすぐに病院を受診しましょう



### ！脱水症状の危険大！

- 口から水分が取れない⇒すぐに吐いてしまう
- おしっこの量が減る
- 唇が乾燥している
- 手のひらがカサカサしている
- 顔色が悪くグッタリしている
- 皮膚に張りが無い



## 野沢3丁目内科

世田谷区野沢3-1-16  
03-5779-8255

