

◆冬は特に注意。ノロウイルス食中毒とは？

例年11月ごろから冬場にかけて「ノロウイルス」を代表とするウイルス性食中毒が増加します。ノロウイルスは食中毒の主要な病因物質の1つであり、感染すると体内で増殖し、約24～48時間後に強い吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、37～38℃の発熱などの症状を引き起こします。通常は1～2日で治りますが、乳幼児や高齢者、抵抗力が弱い方などは長引くケースがあるので注意が必要です。

【なぜ冬に多いの？】

ノロウイルスは、低温・乾燥した環境に強いいため、特に冬場に流行します。食品を介してウイルスが体内に入り発症することを食中毒と呼んでいます。ノロウイルスは感染症の病因であり、人から人へ感染します。主な感染経路は次の4つです。  
・ノロウイルスに汚染された食品を加熱不十分で食べた場合に起きる「経口感染」  
・感染者の便や嘔吐物に直接触れることで感染する「接触感染」  
・感染者の吐しゃ物等から飛沫により感染する「飛沫感染」

「沫感染」  
ウイルスを含んだ塵や埃を吸い込んで感染する「空気感染」

【ノロウイルス食中毒を防ぐには】

・「持ち込まない」

ほとんどのノロウイルス食中毒は、ノロウイルスに感染した調理者が汚染源となつて発生しています。普段から手洗いや健康管理を心掛け、ウイルスを調理場に持ち込まないようにしましょう。

・「つけない」

食品にノロウイルスをつけないように、トイレ後や調理前、盛り付け前など適切なタイミングで流水と石鹸液を使ってこまめに手を洗いましょう。

・「やっつける」

ノロウイルスに汚染された食品や生水などを十分な加熱をせずに食べることで食中毒になる場合もあります。ノロウイルスを死滅させるためには、食品の中心部が85～90℃で90秒以上の加熱が必要です。

・「拡げない」

万が一ノロウイルスに感染してしまった場合は、トイレの消毒や吐しゃ物等の適切な処理を徹底し、他の人が感染したり、汚染が拡

がったりしないようにしてください。また、ノロウイルスは症状が無くなつてもしばらくの間、便から排出されますので、引き続き消毒や手洗いなどの対策を徹底しましょう。  
参考文献・ひろしまラボより一部抜粋

『地域の皆様へ』

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

○診察を受ける方及び付添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。

○診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

○原則として、感染対策の為入所者の外泊は禁止しています。また、面会は予約制となっております。

○通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。

○施設内及び送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

診療所外来11月担当医

☎泉崎南東北診療所 ☎0248-53-2415

【お願い】発熱症状（37℃以上）、風邪症状（せき、のどの痛みなど）がある方の診療受付は、施設内に入らず、お電話ください。

|                                                      | 月                         | 火                                | 水                               | 木                               | 金                       | 土                                     | 日/祝祭日                  |
|------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------|---------------------------------------|------------------------|
| 午前<br>受付時間<br>8:30<br>～<br>11:30                     | 小林利男<br>整形外科・内科           | 小林利男<br>整形外科・内科                  | 内藤 梓<br>消化器内科・外科                | 小林利男<br>整形外科・内科                 | 内藤 梓<br>消化器内科・外科        | 小林利男<br>整形外科・内科<br>11/1.15診療          | 休<br><br><br><br><br>診 |
|                                                      |                           | 内藤 梓<br>消化器内科・外科                 | 堀田明敬<br>心臓血管外科<br>11/12.19.26診療 | 内藤 梓<br>消化器内科・外科                | 南東北眼科クリニック医師<br>眼科(予約制) | 内藤 梓<br>消化器内科・外科<br>11/8.22.29診療      |                        |
|                                                      |                           |                                  |                                 | 八木正樹<br>小児科<br>11/6.13診療        |                         | 総合南東北病院医師<br>心臓血管外科<br>11/1.8.22.29診療 |                        |
| 午後<br>受付時間<br>13:30<br>～<br>16:00<br>(水曜日は<br>14:30) | 北原正樹<br>内科・形成・皮膚          | 小林利男<br>整形外科・内科                  | 内藤 梓<br>消化器内科・外科                | 小林利男<br>整形外科・内科<br>11/6.13.27診療 | 内藤 梓<br>消化器内科・外科        | 小林利男<br>整形外科・内科<br>11/1診療             |                        |
|                                                      | 緑川博文<br>心臓血管外科<br>11/10診療 | 内藤 梓<br>消化器内科・外科                 | 水曜 14:30<br>受付終了                | 内藤 梓<br>消化器内科・外科                |                         | 内藤 梓<br>消化器内科・外科<br>11/8.22.29診療      |                        |
|                                                      | 堀田明敬<br>心臓血管外科<br>11/17診療 | 緑川Dr【心臓血管外科】<br>(14:00～の診察となります) |                                 | 八木正樹<br>小児科<br>11/6.13診療        |                         | 小鹿山博之<br>内科・脳外科<br>11/15診療            |                        |

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等は当診療所へお電話にてお問い合わせください。  
(☎0248-53-2415)  
※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医はしらかわ情報センター  
(☎0248-23-9909) で確認いただけます。

※眼科は予約制となっております。(事前に電話又は窓口にてご予約ください)  
※8月より当面の間、土曜午前、心臓血管外科の担当は堀田先生になりますが、11/1(土)のみ植野先生が担当となります。  
※11/5(水)午前、11/15(土)午前の心臓血管外科は休診になります。  
※11/20(木)午後の整形外科は休診となります。