

こんな時どうすればいいの？

ノロウイルス

お腹が痛いし、下痢っぽい。吐き気もする。熱は特にない。



ノロウイルスの可能性がります。そんなときは、医療機関への受診をお勧めします。

本人が少し風邪気味である。また、家族のどなたかに下痢症状がある。



熱、下痢、嘔吐がなくてもノロウイルスが疑われます。医療機関への受診をお勧めします。

家族に下痢、嘔吐の症状があるが、本人は大丈夫。



一度、利用する前に電話にてレイクサイドまでご連絡ください。

インフルエンザ

少し昨日から風邪気味である。



お早めに医療機関への受診をお勧めします。

本人は大丈夫だが、家族がインフルエンザにかかっている。



ご利用の前に一度、電話にてレイクサイドまでご連絡ください。状態の確認をさせていただきます。

レイクサイド木場に来られたときは？

来賓の方々

玄関先で消毒をお願いします。その後、手洗い場にて、手洗いをお願いします。

通所の利用者の方々

バスの中で消毒をお願いします。その後、手洗い場にて手洗いをお願いします。



レイクサイド木場では、ウルトラ次亜ソフト水生成器を導入しました。この機械から作られる次亜ソフト水は、高い除菌効果があり、食品添加物としても認可されるほど、口に入れても安全な液体です。この液を用いて、消毒を行って参りたいと思いますので、よろしくお願い致します。

介護老人保健施設 レイクサイド木場

〒923-0844 小松市三谷町そ80番地

TEL 0761 (23) 1800 FAX 0761 (23) 7280

レイクサイド木場 防ごう！感染症！

10月ごろより冬場にかけて、ノロウイルスやインフルエンザが流行します。レイクサイド木場でも、感染予防対策を行い、感染予防をおこなっております。皆様におかれましても、このパンフレットを参考に、感染予防にご協力ください。



《ノロウイルス》

ノロウイルスとは、小さな球形をしたウイルスで、11月から3月にかけて食中毒の主な原因物質です。感染力が強く、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が現れることがあります。

どうやって感染するの？

1つ目
食品から人へ
原因となっている食品はカキなどの二枚貝は有名ですが、ほかの食品からの感染も油断できません。

2つ目
人から人へ
感染した人からの嘔吐物や便に含まれた大量のウイルスから感染する恐れがあります。

3つ目
人から食品を介して
感染者がよく手を洗わずに調理した食品を食べた人が感染することがあります。

感染したらどうなるの？

潜伏期間

感染してから、症状がでるまでに24時間～48時間です。



症状

吐き気、嘔吐、下痢（水様性）等、風邪症状に似ています。また、腹痛や軽度な発熱、筋肉痛を伴うこともあります。

感染した場合は、すぐに医療機関へ受診しましょう。診断名がノロウイルスよりも**感染性胃腸炎**といわれるケースが多いです。風邪症状と似ているので、自己判断で薬を服用するのは症状を悪化させる場合があります。

注意

特に高齢者の方々は重症になりやすいです。誤嚥、脱水により肺炎になる場合もあります。体調がすぐれないと感じた場合には、直ちに医療機関を受診し、ケアマネージャーやサービス事業所に連絡しましょう。

《インフルエンザ》



インフルエンザは、季節性のA型、B型、C型、世界中で大流行した新型があります。毎年、冬場に流行し、1月～2月にピークを迎えます。

感染したらどうなるの？

潜伏期間

感染してから、症状がでるまでに1日～3日間です。

症状

高熱、頭痛、寒気、関節痛、筋肉痛、脊、鼻水、のどの痛みなどです。

注意

高齢者の方々は重症化しやすいので、注意が必要です。肺炎を併発する恐れがあります。

どうやったら防げるの？



どうやったら防げるの？

手洗いが重要です。

手洗いは感染を防ぐ最も有効な手段です。手洗いの時は、指先や爪の間、指の間、親指の周り、手首や手のしわなど、丁寧に洗い、清潔なタオルで拭きましょう。



食品は十分に加熱しましょう。

定期的に消毒しましょう。

手すり、ドアノブ、蛇口、テーブル、イスなど。



ノロウイルスは非常に感染力が強いです。感染を広げないことが重要です。

感染経路は、咳やくしゃみなどの飛沫感染が中心です。また、感染者からの手を介して感染する場合があります。

ノロウイルス同様に手洗いが重要です。

うがいやマスクをつけましょう。

感染は飛沫感染が中心であるため、人ごみでは、予防のためのうがい、マスク着用が有効です。

予防接種を受けましょう。

インフルエンザにかかった人の70%～80%は、予防接種を受けていればかからずに済んだという有効性が証明されています。もし、かかった場合でも症状が軽く済みます。お近くの医療機関での予防接種をお勧めします。

