



手洗いで予防しよう 感染性胃腸炎

【原因】 ノロウイルスではカキなどの二枚貝を生や十分に加熱していない状態で食べると感染します。夏場の細菌性胃腸炎の原因となるカンピロバクターは鶏肉などをしっかり加熱していなかったり、料理の際にまな板や手に細菌が付着していることで感染します。

【症状】 下痢・腹痛・嘔吐・発熱のいずれか症状がでます。ロタウイルスは高熱とともに激しい水下痢がでる一方、ノロウイルスは嘔吐と下痢が多いです。血便は細菌性の場合が多く、中でも病原性大腸菌やカンピロバクターは頻度が高いです。

【検査・診断】 症状や周囲に胃腸炎に感染した人がいないか、季節や食べた食品からウイルスや細菌を予測して治療を行います。細菌性胃腸炎は、便を培養して病原菌を検出し、ウイルス性胃腸炎は、便や嘔吐物を使用して迅速便中抗原検査で診断することもあります。

【治療】 基本的には症状に応じての対症療法です。下痢止めは腸内にある病原体を体内に押しとどめてしまい、症状を悪化させる恐れがあるため使用しません。抗菌薬は血便の有無などの症状に応じて、細菌性にのみ投与しますが、ウイルス性と診断されたものには投与しません。整腸剤で腸内環境を改善させると胃腸炎症状の回復が早まります。

【予防】 日常生活では石鹸と流水での手洗いが基本です。ノロウイルスには塩素系漂白剤による消毒が効果的。また、カキなどの二枚貝・鶏肉・焼き肉などはしっかり加熱することも重要です。