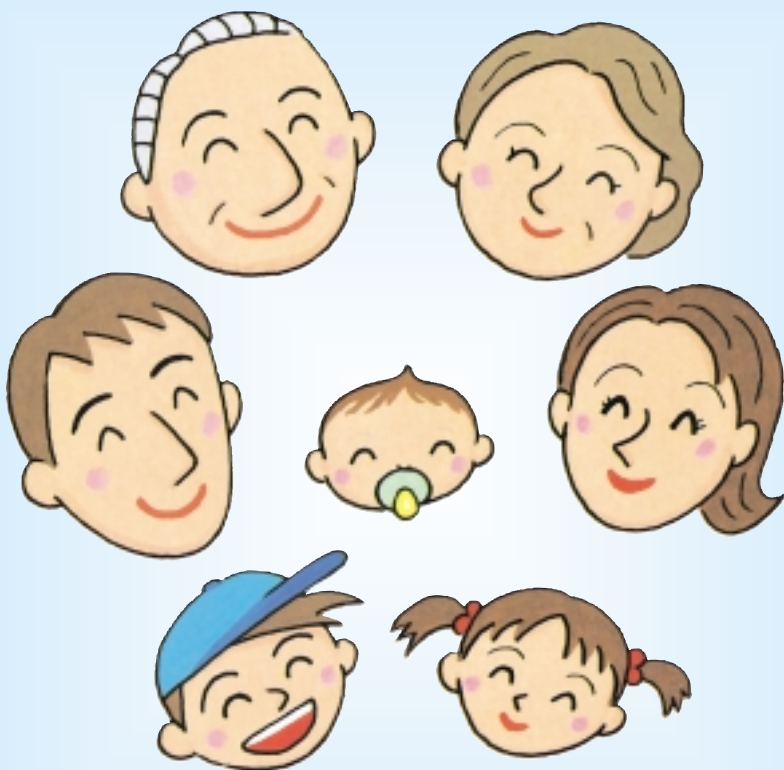


# 家庭や施設における 二次感染予防 ガイドブック

「O157」「細菌性赤痢」「コレラ」「腸チフス」  
「パラチフス」などの腸管感染症について



## 腸管感染症って何？

腸管感染症とは、病原体が人の口から入り、腸内で増えて下痢や腹痛などをおこす病気です。

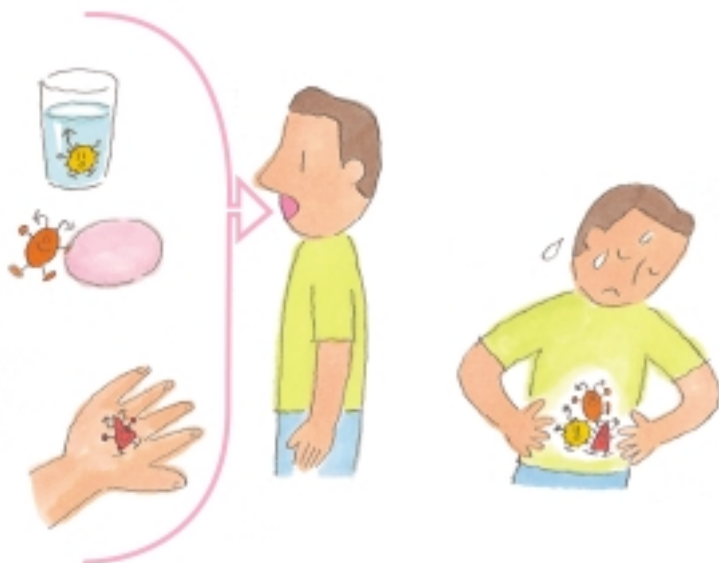
細菌性赤痢、コレラ、腸管出血性大腸菌（O157 など）、感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルスなど）があります。

下痢や腹痛などの症状がある場合は、脱水状態にならないように水分を十分にとり、医療機関で診察を受けましょう。

家庭や特定の集団で、複数の人に下痢や腹痛などがおきた場合は、医師に相談し、指示を受けてください。

治療は、抗菌薬の服用や症状に合わせた治療を行います。治療後の検便で、便から病原体が消えれば、治療したことになります。

ただし、病気によっては、治療後に、再び便の中に病原体が出ること（再排菌さいはいきん）もあります。治療後の経過を見ることも大切です。

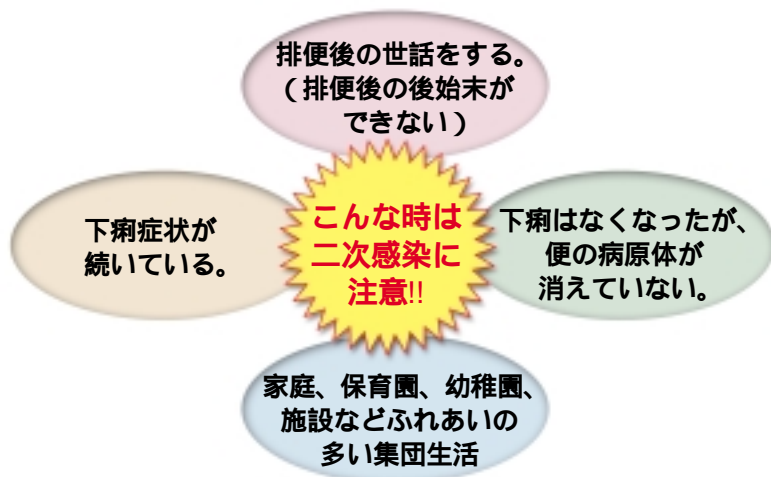


## こんなときには二次感染に注意

腸管感染症では、病原体が便に出ます。この病原体が、手指や食品、物品に付いて他の人の口に入ると、その人も感染します。

感染がほかの人に広がることを二次感染といいます。

細菌性赤痢や腸管出血性大腸菌感染症では、ごく少量の菌で感染し発病します。



二次感染予防の注意はいつまですればいいの？

患者さんが下痢をしている間は、特に二次感染の危険が高くなります。排便の後始末や手洗いが十分できない場合は、治ゆるまで注意が必要です。

## 手洗いは、二次感染予防の基本です

便には、たくさんの細菌が含まれています。目に見えない病原体は、直接、間接に手指などに付いて、二次感染の原因となります。腸管感染症をひきおこす病原体を手から落とすには、手をこまめに洗うことが重要です。

## トイレの後は手を洗いましょう

### 排便後の手洗い

病原体は、重ねたトイレットペーパーにしみこんで、手に付きます。おしりを拭いた後、できるだけ他のところに触れないようにして、すぐに手を洗います。手洗いはトイレの中でできれば理想的です。

また、ポンプ式石けんや水道の蛇口、トイレのドアノブ、水洗レバーはペーパータオルを使うなどして、手洗い前に直接触らないようにします。



**注意！**

蛇口は清潔に！ 必要に応じて消毒を。  
洗った手を再び汚染させない！

### 排便後

ペーパータオル等を使い手洗い前に直接触らない。



### 手洗い後

洗った手を再び汚染させないように汚染された蛇口を直接触らない。



# 手洗いの手順

石けんを使い十分にこすり洗いをしましょう。

手洗い後の手拭用タオルは共用せず、ペーパータオル等を使い毎回タオルを交換するか、個人用タオルを利用してください。

水道の蛇口は洗う前の手で触れているので、手と一緒に洗うかペーパータオルを利用して蛇口を締めると、手の再汚染を防ぐことができます。

## 【流水による手洗いの手順】

### 手洗い前のチェックポイント

爪は短く切っていますか？  
時計や指輪をはずしていますか？

### 汚れが残りやすいところ

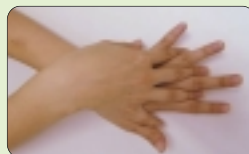
指先や爪の間  
指の間  
親指の周り  
手首  
手のしわ



石けんをつけ、手のひらをよくこする。



手の甲をのばすようにこする。



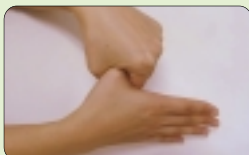
指先・爪の間を念入りにこする。



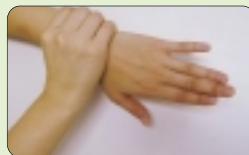
指の間を洗う。



親指と手のひらをねじり洗いする。



手首も忘れずに洗う。



その後、十分に水で流しペーパータオルや清潔なタオルでよく拭き取って乾かす。

## トイレを清潔に

下痢便の飛沫が付きやすいところは、日頃からこまめに掃除をし、消毒を必要に応じて行います。

消毒する場合は、汚れをあらかじめ落としてから、消毒液を含ませた布等で拭きます。噴霧で行う場合は、消毒液がすぐに乾燥しないように十分な量を噴霧し拭きとります。

トイレ掃除のときは、専用の手袋を用いて、汚物に直接ふれないようにします。手袋を外したあとも手洗いをしましょう。



- \* 下痢などの症状がある時は、石けんやタオルは専用のものを。
- \* 排便後は、トイレのドアノブや水洗レバーを直接触らない。
- \* 消毒は、消毒用アルコールや逆性石けん、次亜塩素酸ナトリウムなどを含ませた布で拭く（11ページ参照）。

# 排便のお世話の後にも手洗いを

## 排便後のお世話

乳幼児などでおむつを使用したり、下痢がひどく自分では後始末ができない場合は、周囲の大人が、排便後のおしりを拭いてきれいにします。

おむつ交換は、できるだけ乳幼児の遊び場でなく、掃除（消毒）しやすい一定の場所で行います。下痢のひどい時は汚れてもよい敷物の上などで行い、汚染したらそのまま捨てます。

また、床にも汚れが広がった疑いがあるときは、消毒を行います。

排便のお世話の後には、他のところを触らずに、すぐに手を洗います。便には直接触れずに、使い捨ての手袋等を使いましょう。

手袋をはずした後もよく手を洗います。



## おむつ

紙おむつは、便を落とした後、しっかり封をして処理しましょう。（廃棄は、各自治体の廃棄方法にしたがってください。）

布おむつは便をトイレに捨て、汚れを水ですすいで落とします。すすいだ汚水はトイレに捨てましょう。確実に消毒する場合には、塩素系漂白剤に30分漬けます。そのあと洗濯をしてよくすすぎ十分に乾燥させます。

**カラスに注意!!**



- \* 汚物は素手では触らない。
- \* 汚物を処理した後は、よく手を洗い必要に応じて消毒薬の使用を。
- \* 手袋を外した後も、しっかり手洗い。

## 食事作りの前、食事をする前に手洗いを

病原体が食品や食器に付くのを防ぐため、調理の前には、手を必ず石けんと流水で洗いましょう。

手洗いの水が、清潔な食品、食器、調理器具に飛び散らないよう、手洗いは洗面台で行うことが理想的です。ただし、調理中のこまめな手洗いは流し台で行っても問題はありません。



**便から病原体が消えるまで、患者さんは調理を控えましょう。**

患者さんが十分に手を洗わないで、調理をしたり直接食品に手をふれると、食品を介して感染が広がる危険があります。法律では、病原体が身体から消えるまでは直接食品に手をふれるような調理業務等にはつけないことになっています。家庭内でも、調理はしないようにしましょう。やむをえない場合は、手を十分に洗い消毒を行います。

### < 調理の注意 >

加熱できるものは中までしっかり加熱します。

作った食事はできる限り早く食べましょう。

食器や調理器具、洗浄後に熱湯をかけたり、消毒液に漬けて消毒します。消毒後は水洗いし乾燥させます。

冷蔵庫の中もきれいに掃除をしましょう。



**熱湯消毒  
または  
消毒剤につける**



## お風呂の前に、おしりをきれいに

風呂の湯につかる前に、まずよくおしりを洗い、病原体を落とします。

下痢のある患者さんの入浴は一番最後にします。他の家族との混浴はさけましょう。風呂の水は毎日かえて、浴槽や風呂の床、洗面器、椅子なども清潔に掃除をします。タオルやバスタオルの共用はやめましょう。



汚物に触れた掃除用具、スポンジもよく洗って熱湯消毒または消毒剤につける。



**\*お湯は毎日かえ、使用後の浴槽は流水と石けんで十分に洗い流すこと。**

**\*乳幼児のベビーバスも、毎回でいいいに洗い、最後に熱湯をかけておきましょう。**

**\*乳幼児は、患者のあとには入浴させないようにしましょう。**

## 下着や衣類の洗濯と消毒

患者さんの便で汚れた下着、衣類、寝具は、他の家族のものとは別に洗濯します。よくすすいで日光でよく干すか乾燥機を使用したり、薄い布なら、たんねんにアイロンをかけるのも効果的です。

ふとんは、日光でよく干します。便で汚れたしまった場合は、家庭での洗濯が不可能であれば、事情を説明してふとん洗濯業者などに依頼をしてください。

付着した便を  
取り除き、汚れを落とし  
すすぐ。汚水はトイレに  
捨てる。(ゴム手袋使用)



消毒が必要で  
あれば塩素系漂白剤に  
(次亜塩素酸ナトリウム)  
30~60分つける。

熱湯につけても  
よい。



家族のものとは  
別に洗濯する。



家族の  
ものは先

患者さんの  
ものは後

衣類、ふとんは  
日光に干し  
よく乾燥させる。



## 遊びの注意

下痢をしているときは、集団で遊ぶのを控えましょう。

薬の服用が終わった後も、検便で便に病原体がないことを確認した上で集団遊びに参加します。

遊ぶ前、遊んだ後に、手洗いを十分に行いましょう。

口に運ぶおもちゃなどは、きれいに拭き、必要に応じて煮沸などの消毒をします。

下痢や熱があるときは、プールや水遊びは控えましょう。



日ごろ、子どもと一緒に遊んでいるペットの様子が、いつもと違うときは、獣医師に相談してください。



**細菌性赤痢、コレラ、腸チフス、パラチフスなどでは、治ゆするまで、学校は出席停止となります。保育園や幼稚園への登園も控えましょう。**

# 家庭で使いやすい消毒薬とその使い方

～薬品名、適用対象、使用方法と留意点～



## 塩化ベンザルコニウム

多くの細菌、真菌に有効。結核菌および大部分のウイルスには無効。

<b>手指</b> (0.1%)	石けんで手洗いし十分にすすいだ後、薬液を使って手を洗う。 * 一般の石けんと同時に使うと効果が上がらない。
<b>便器、トイレのドアノブなど</b> (0.1 ~ 0.5%)	薬液に浸した布で拭き取る。 * ゴム製品、合成樹脂などへの使用は控える。

## エタノール (70%)

多くの細菌、真菌、ウイルスに有効。

<b>手指</b>	手洗い後、脱脂綿やウェットティッシュ等に十分に薬液を含ませて拭き、自然乾燥させる。手が荒れやすいので注意。
<b>便器、トイレのドアノブなど</b>	布やウェットティッシュに十分に薬液を含ませて拭き、自然乾燥させる。表面が十分ぬれる程度に薬液を噴霧し、同様に拭き取る。 * ゴム製品、合成樹脂などは変質するので長時間浸さない。

## 塩化ベンザルコニウムアルコール、グルコン酸クロルヘキシジナルコール

多くの細菌、真菌、一部のウイルスに有効。

<b>手指</b>	手洗い後、薬を5ml手に取り、すり込む。 手洗い後、薬液を十分に含ませたティッシュ等で手を拭く。
<b>便器、トイレのドアノブなど</b>	薬液を十分に含ませた布で拭き取る。

## 次亜塩素酸ナトリウム

多くの細菌、ウイルスに有効。結核菌や一部の真菌では無効。

<b>便器、トイレのドアノブなど</b> (0.02%)	薬液を十分に含ませた布で拭き取る。 ただし、金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分ほどたったら水拭きする。
<b>下着、衣類、シーツなど</b> (0.02%)	衣類の汚れを落とし、薬液に30分漬けた後、洗濯する。 漂白作用があるので注意する。
<b>便・おう吐物で汚れた便座や床など</b> (0.1%)	薬液を十分に含ませた布で拭き取る。 ただし、金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分ほどたったら水拭きする。液を十分に含ませた布で拭き取る。

消毒薬は、使用上の注意をよく読んで使しましょう。

消毒薬の使用にあたっては、目に入れたり、吸い込んだりしないように、注意しましょう。

もし、目に入った場合は、すぐに流水で洗い流しましょう。

消毒薬は、子供の手の届かない所に保管しましょう。

具体的な商品名は保健所にお聞きください。

# 消毒液の作り方

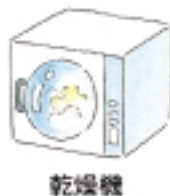
消毒薬品名	用途	濃度	キャップ1杯	希釈倍数	希釈液
塩化ベンザルコニウム10%	手指の消毒	0.1%	5ml	100倍	500ml
	家具・器具・物品の消毒	0.5%		20倍	100ml
次亜塩素酸ナトリウム6%	家具・器具・物品の消毒	0.02%	5ml	300倍	1500ml
	便・おう吐物で汚れた便座や床などの消毒	0.1%		60倍	300ml

ノロウイルスによる感染性胃腸炎の疑いがあるときの消毒は、次亜塩素酸ナトリウムを使用してください。

福祉保健局ホームページのなかの「ノロウイルスによる感染症胃腸炎に注意 - 社会福祉施設等におけるノロウイルス対応標準マニュアル - 」で消毒方法を詳しく載せてあります。参考にしてください。

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/micro/noro-manual.html>

# 加熱による消毒



- \* 消毒薬は、汚れを落としてから。
- \* 消毒薬の使用温度は室温が効果的
- \* 消毒薬は適正な温度と消毒時間を守る。
- \* 消毒薬の有効期限を確認する。
- \* 消毒薬の保管場所に注意。とくに子どもの手の届かない場所に保管する。

## 感染症指定医療機関一覧

平成18年3月現在

医療機関名	所在地	電話番号
国立国際医療センター	〒162-5002 新宿区戸山1-2-1-1	03 (3202) 7181
東京都立駒込病院	〒113-0021 文京区本駒込3-18-22	03 (3823) 2101
東京都立荏原病院	〒145-0065 大田区東雪谷4-5-10	03 (5734) 8000
東京都立墨東病院	〒130-0022 墨田区江東橋4-23-15	03 (3633) 6151
東京都立豊島病院	〒173-0015 板橋区栄町33-1	03 (5375) 1234
青梅市立総合病院	〒198-0042 青梅市東青梅4-16-5	0428 (22) 3191
東京医科大学八王子医療センター	〒193-0944 八王子市館町1163	0426 (65) 5611
国家公務員共済組合連合会立川病院	〒190-0022 立川市錦町4-2-22	042 (523) 3131
日本赤十字社東京都支部 武蔵野赤十字病院	〒180-0023 武蔵野市境南町1-2-6-1	0422 (32) 3111
公立昭和病院	〒187-0004 小平市天神町2-450	0424 (61) 0052
国民健康保険町立八丈病院	〒100-1511 八丈島八丈町三根26-11	04996 (2) 1188

## 東京都保健所一覧

保健所名	担当市町村	住所	電話番号	
西多摩保健所	青梅市・福生市・羽村市・あきる野市 瑞穂町・日の出町・檜原町・奥多摩町	〒1980042 青梅市東青梅五丁目19番6号	0428 (22) 6141	
八王子保健所	八王子市	〒1920083 八王子市旭町13番18号	0426 (45) 5111	
南多摩保健所	日野市・多摩市・稲城市	〒2060025 多摩市永山二丁目1番5号	042 (371) 7661	
町田保健所	町田市	〒1940021 町田市中町二丁目13番3号	042 (722) 0621	
多摩立川保健所	立川市・昭島市・国分寺市 国立市・東大和市・武蔵村山市	〒1900023 立川市柴崎町二丁目21番19号	042 (524) 5171	
多摩府中保健所	武蔵野市・三鷹市・府中市 調布市・小金井市・狛江市	〒1830022 府中市宮西町一丁目26番1号	042 (362) 2334	
多摩小平保健所	小平市・東村山市・清瀬市 東久留米市・西東京市	〒1870002 小平市花小金井一丁目31番24号	0424 (50) 3111	
島しょ保健所	大島出張所	大島町・利島村・新島村 神津島村	〒1000101 大島町元町字馬の背275-4	04992 (2) 1436
	三宅出張所	三宅村・御蔵島村	〒100-1102 三宅村大字伊豆1004	04994 (2) 0181
	八丈出張所	八丈町・青ヶ島村	〒100-1511 八丈町大字三根1950-2	04996 (2) 1291
	小笠原出張所	小笠原村	〒1002101 小笠原村父島字清瀬	04998 (2) 2951

## 特別区保健所一覧

区名	保健所名	住 所 地	電話番号
千代田	千代田	〒101-0054 千代田区神田錦町三丁目10番地	03(3291)3641
中央	中央区	〒104-0044 中央区明石町12番1号	03(3541)5930
港	みなと	〒108-0073 港区三田一丁目4番10号	03(3455)4701
新宿	新宿区	〒160-8581 新宿区新宿五丁目18番21号	03(3209)1111
文京	文京	〒112-0003 文京区春日一丁目16番21号	03(3812)7111
台東	台東	〒110-0015 台東区東上野四丁目22番8号	03(3847)9401
墨田	墨田区	〒130-8640 墨田区吾妻橋一丁目23番20号	03(5608)1111
江東	江東区	〒135-0016 江東区東陽二丁目1番1号	03(3647)5906
品川	品川区	〒142-0063 品川区荏原二丁目9番6号	03(3788)2000
目黒	目黒区	〒153-8573 目黒区上目黒二丁目19番15号	03(5722)9501
大田	大田区	〒144-8621 大田区蒲田五丁目13番14号	03(5744)1262
世田谷	世田谷	〒154-8504 世田谷区世田谷四丁目22番35号	03(5432)1111
渋谷	渋谷区	〒150-8010 渋谷区宇田川町1番1号	03(3463)1211
中野	中野区	〒164-0001 中野区中野二丁目17番4号	03(3382)6661
杉並	杉並	〒167-0051 杉並区荻窪五丁目20番1号	03(3391)1025
豊島	池袋	〒170-0013 豊島区東池袋一丁目20番9号	03(3987)4172
北	北区	〒114-0001 北区東十条二丁目7番3号	03(3919)3101
荒川	荒川区	〒116-8502 荒川区荒川一丁目53番20号	03(3802)3111
板橋	板橋区	〒173-0004 板橋区板橋二丁目61番7号	03(3579)2318
練馬	練馬区	〒176-8501 練馬区豊玉北六丁目12番1号	03(3993)1111
足立	足立	〒120-8510 足立区中央本町一丁目17番1号	03(3880)5111
葛飾	葛飾区	〒124-0012 葛飾区立石八丁目18番6号	03(3691)9635
江戸川	江戸川	〒132-8507 江戸川区中央四丁目24番19号	03(5661)2475



## 保健所がお手伝いします

ご家庭で腸管感染症の患者さんがでた場合には、保健所の担当者（医師、保健師、食品衛生監視員、環境衛生監視員など）が、おうかがいし、感染源の調査をさせていただきますので、ご協力をお願いします。また、二次感染の予防についても具体的に指導いたします。

腸管感染症以外の感染症が家庭や施設で起きたり、心配な点や不明な点がありましたら遠慮なく、お近くの保健所にご相談ください。

感染症は、誰でも  
かかる可能性がある病気です。  
患者さんが安心して治療を受けられるように、周囲の方の温かい  
ご協力をお願いいたします。



### 家庭や施設における二次感染予防ガイドブック

平成18年3月発行

登録番号 (17) 460

編集・発行 東京都福祉保健局健康安全室感染症対策課

住所 東京都新宿区西新宿2丁目8番1号

電話 03-5320-4482

印刷 東京都大田福祉工場  
03-3762-7611（代表）

**r100**

古紙配合率100%再生紙を使用しています。  
石油系溶剤を含まないインキを使用しています。