

⚠ 感染性胃腸炎 ⚠

消毒液の作り方
500mlのペットボトル1本分
の水にペットボトルキャップ
2杯(10ml)の塩素系漂
白剤を入れる。

ウイルスや細菌などに感染して起る胃腸炎のこと。

主な症状

- ・吐き気・おう吐
- ・下痢・腹痛
- ・37℃台の熱
- ・おう吐や下痢に伴う脱水症状

感染から症状が現れる
まで1~2日間。

口にしたものの処理方法

- ① ビニール手袋、マスク、エプロンをつけ、ペーパータオルで汚れている部分の外側から内側に向けて青ずかにはみき取る。みき取ったペーパータオル、手袋、エプロンなどをすぐにビニール袋に入れ、消毒液をかけ、密封して捨てる。
- ② みき取った後の床とそのまわりを消毒液を侵したペーパータオルでおおい、10分ほど放置した後、水がきする。

★塩素系漂白剤を使うので、窓を開け換気する。

予防

せっけんを使った手洗いや、生活リズムを整えて体力をつける。

インフルエンザ予防接種のすすめ

インフルエンザの予防接種を受けることで、インフルエンザ感染を免れ、感染した場合でも肺炎などの合併症を予防し、健康被害を最小限にとどめることができます。

また接種後、免疫がつくまでに2週間程度かかり、免疫効果は約5ヶ月程度といわれています。毎年、流行前の12月上旬までに接種しておく効果的です。



今月の保健だよりは保健委員会の2年生が作成してくれました！！