



感染対策だより

院内感染対策委員会発行：第 66 号 令和 4 年 9 月発行

三大夏風邪に注意しましょう！

- ・手足口病
- ・プール熱
- ・ヘルパンギーナ

「大人も 2%が三大夏風邪に感染」

夏風邪とは、高温多湿の環境を好み夏に活発化するウイルスによる感染症のことです。

三大夏風邪の感染者は 9 割以上が乳幼児ですが、まれに大人も感染します。

子どもが保育園や幼稚園で感染すると、その親など家族が感染してしまうのです。

子どもの場合は軽く済んでも、大人は症状が重くなる可能性があります。

「感染経路と感染対策」

夏風邪の感染経路には「飛沫感染」「接触感染」「経口感染」の 3 つに分けられます。



飛沫感染

咳やくしゃみから感染



接触感染

水泡の内容物の接触や
タオルの共有などで感染



経口感染

おむつ交換で便に触れる
唾液の付着した物を触った手で
目・鼻・口などを触る

夏風邪のウイルスは、症状が消失した後も長ければ 1 ヶ月程度、便から排出されると言われています。保育園や幼稚園、学校で流行している時や家族が感染した後は、手洗い・うがいを徹底して気を付けましょう。

手足口病

38度程度の熱が
数日続くことも。
高熱になることは少ない。

手や足、口腔内、
臀部などに
水疱性の発疹

口の中や
喉の痛み



主な原因ウイルス	感染経路	潜伏期間	登園・登校
コクサッキーウイルス A16型、A5型 エンテロウイルス71型	飛沫感染 接触感染 経口感染	3～6日	全身状態が良ければ可

★症状

発熱、口やのどの痛み、手や足の発疹や水泡の症状が現れます。
高熱が続くことは多くありません。まれに、髄膜炎、小脳失調症、脳炎などの
中枢神経系の合併症を引き起こすこともあります。

★感染予防

手洗いを良くしましょう。タオルは共用しないようにしましょう。また、唾液や便中に
ウイルスが潜伏するため、排便後やおむつ替えの時などは十分な流水で手洗いをしましょう。

プール熱（咽頭結膜熱）

39～40度の高熱が、
4～5日続く。

目の充血や
目やに、涙目、
まぶしいなどの
結膜炎症状

頭痛

喉の痛み

腹痛
下痢



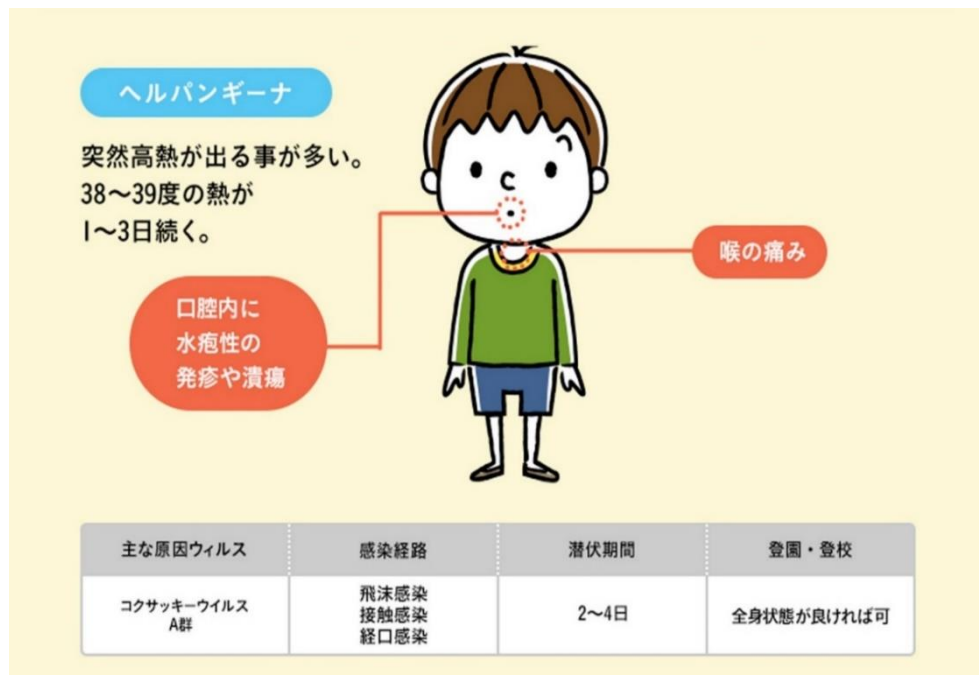
主な原因ウイルス	感染経路	潜伏期間	登園・登校
アデノウイルス	飛沫感染 接触感染 経口感染	5～7日	出席停止 (主要症状が消退した後 2日を経過するまで)

★症状

高熱・頭痛・食欲不振・のどの痛み・結膜炎に伴う眼痛などの症状が現れます。

★感染予防

感染力が非常に強く、手指や飛沫を介して感染するので、手洗い・手指消毒やうがい、
身の回りの消毒を行うことが大切です。



★症状

39℃以上の熱が1～3日続くと同時に、のどが赤く腫れて小さな水泡がたくさんできます。頭痛や、嘔吐、下痢の症状が出ることもあります。のどの痛みが強いために、食事や飲み物を受け付けなくなることから「脱水症状」を起こすこともあります。

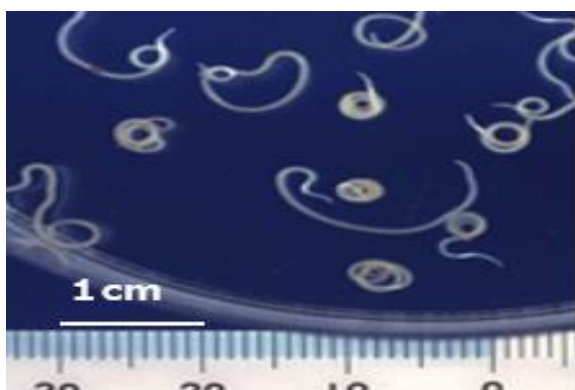
★感染予防

2～4週間の長期にわたり便中にウイルスが排出されるため、排便後、おむつ替えの後は、十分な流水で手を洗いましょう。

アニサキスによる食中毒を予防しましょう！

アニサキスとは・・・

寄生虫（線虫）の一種です。アニサキス幼虫は、長さ2～3cm、幅は0.5～1mmくらいで、白く少し太い糸のように見えます。アニサキス幼虫は、サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどの魚介類に寄生します。アニサキス幼虫は、寄生している魚介類が死亡して、時間が経過すると内臓から筋肉に移動することが知られています。



アニサキスによる食中毒（アニサキス症）の症状は？

★急性胃アニサキス症

食後数時間後から十数時間後に、みぞおちの激しい痛み、悪心、嘔吐を生じます。

★急性腸アニサキス症

食後十数時間後から数日後に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状を生じます。

※ 多くが急性胃アニサキス症です。

※ 激しい腹痛があり、アニサキス症が疑われる際は速やかに医療機関を受診してください。



胃の粘膜に潜入するアニサキス幼虫



内視鏡の先端に装着された鉗子でアニサキス幼虫を
摘出する（診断と治療を兼ねる処置）

アニサキスによる食中毒はなぜ起こるのか？

アニサキス幼虫が寄生している生鮮魚介類を生で食べることで、（不十分な冷凍または、加熱のものを含む）で、アニサキス幼虫が胃壁や腸壁に刺入して、アニサキス症を引き起こします。

アニサキスによる食中毒の予防方法

アニサキスによる食中毒の50%以上が、飲食店または販売店で発生しています！

- ①新鮮な魚を選び購入する
- ②内臓を生で食べない（丸ごと1匹購入した際は、必ず速やかに内臓を取り除く）
- ③目視で確認して、アニサキス幼虫を除去する
- ④冷凍保存する（-20℃で24時間以上冷凍）
- ⑤加熱調理する（70℃以上、または60℃なら1分加熱）

※食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびをつけても、アニサキス幼虫は死滅しません。

おいしい魚を安全に食べてもらうために、「寄生虫＝気持ち悪い」ではなく、「自然の一部」と考え、予防方法を参考にうまく付き合っていきましょう！！