



釧路管内の感染症の発生状況及び 施設における感染対策について

釧路保健所健康推進課健康支援係

指導主任保健師 熊澤 芽葉恵

今日のおはなし

1. 釧路保健所管内における新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの発生状況（第45週）
2. 1～5類感染症への保健所対応状況
3. 感染性胃腸炎の集団発生状況
4. 介護施設で注意すべき感染症と感染対策のポイント
5. 介護職のみなさんに知ってほしい「結核」

釧路保健所管内 新型コロナウイルス感染症発生状況

令和5年（2023）第45週(11月6日～11月12日)

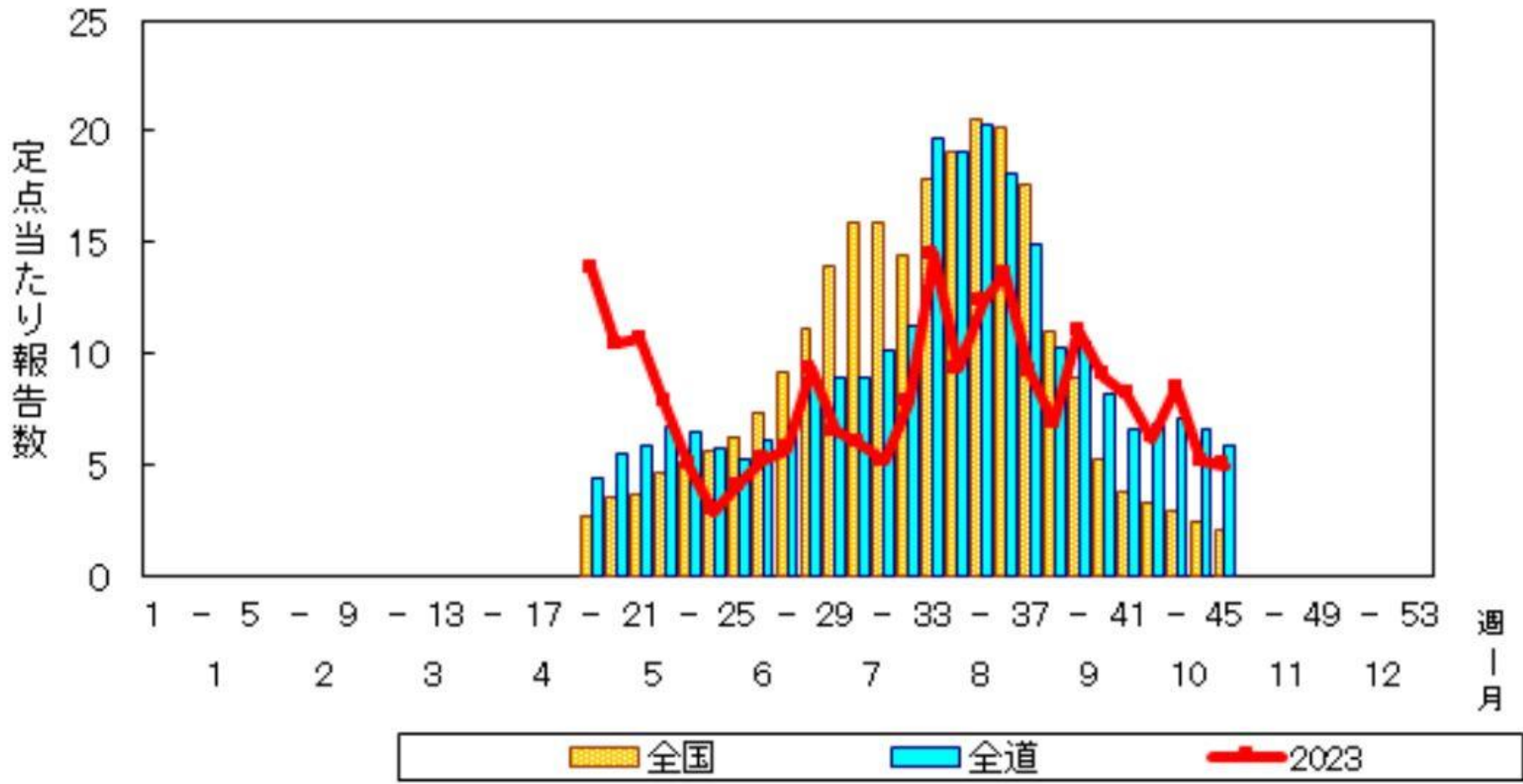


図.COVID-19-釧路保健所管内の推移グラフ

釧路保健所管内 インフルエンザ発生状況

令和5年（2023）第45週(11月6日～11月12日)

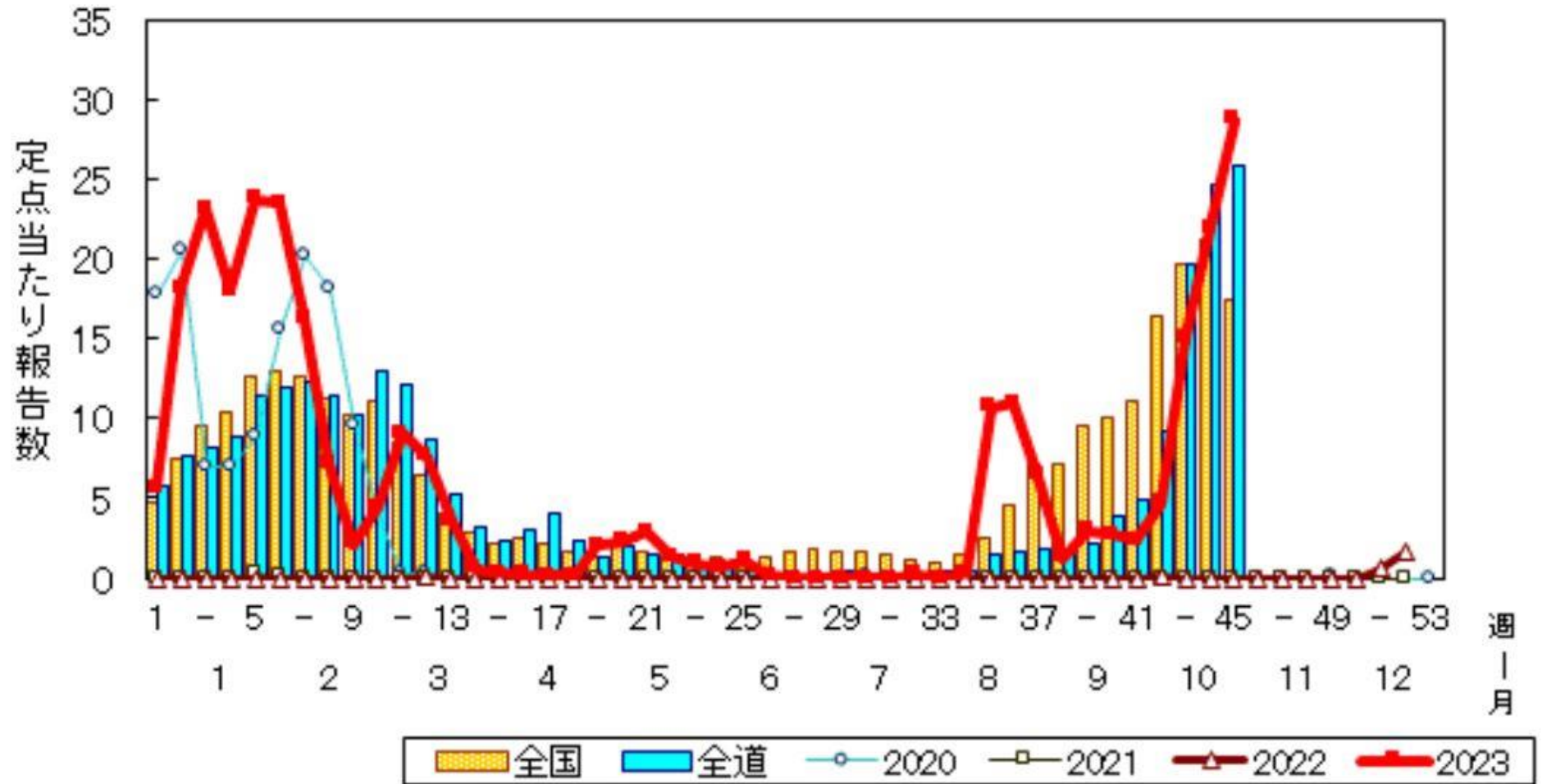


図. インフルエンザ-釧路保健所管内の推移グラフ

1～5類感染症に係る健康調査及び保健指導件数

※結核除く（年度）

	R4	R3	R2	R1	H30
1類感染症	0	0	0	0	0
2類感染症	0	0	0	0	0
3類感染症	8	27	7	10	8
4類感染症	4	1	3	7	6
5類感染症 (全数報告)	12	13	13	15	13

■ 3類感染症：腸管出血性大腸菌感染症（8件）うち O-157（3件）、O-103（2件）、O型不明（3件）

■ 4類感染症：レジオネラ症（4件）

■ 5類感染症：ノロウイルス（10件）、小児原因不明の肝炎（2件）

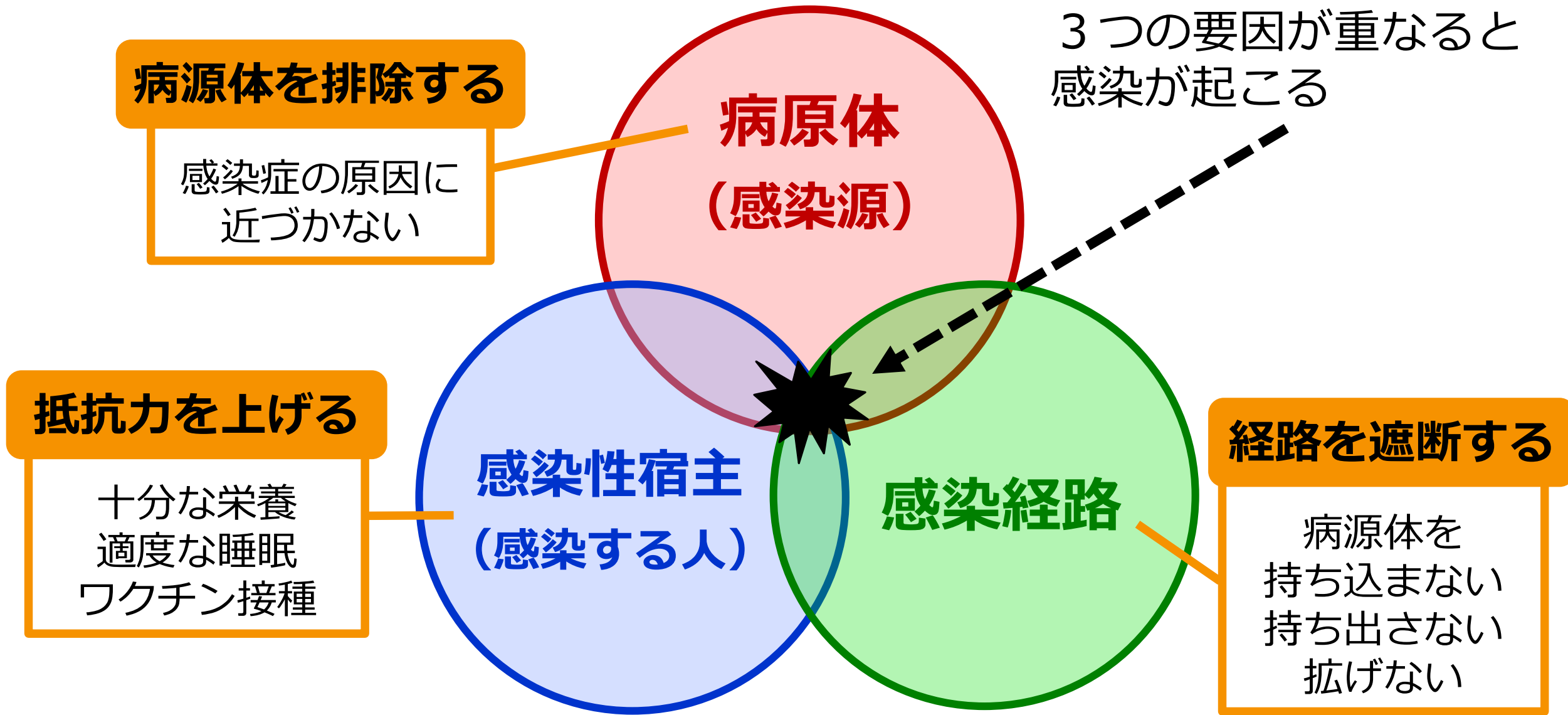
感染性胃腸炎集団発生件数

※有症者数は調査時点での数（年度）

	R4	R3	R2	R1	H30
件数	9	13	2	8	6
有症者数	148	203	26	183	117

- 集団発生が起きた施設は、保育施設及び高齢者施設が占める

感染成立の 3 要因を揃えないことが重要



手洗いは身近な感染対策



①手指を流水で、しっかりと濡らす。



②石けん液を、適量取り出す。



③手の平同士を擦り、石けんをよく泡立てる。



④手の甲を、もう片方の手の平で擦る(両手)。



⑤指を組んで、指の間を擦る(両手)。



⑥親指をもう片方の手で包み、擦る(両手)。



⑦指先でもう片方の手の平を、擦る(両手)。



⑧手首もしっかりと擦る(両手)。



⑨流水でよく洗い流す。

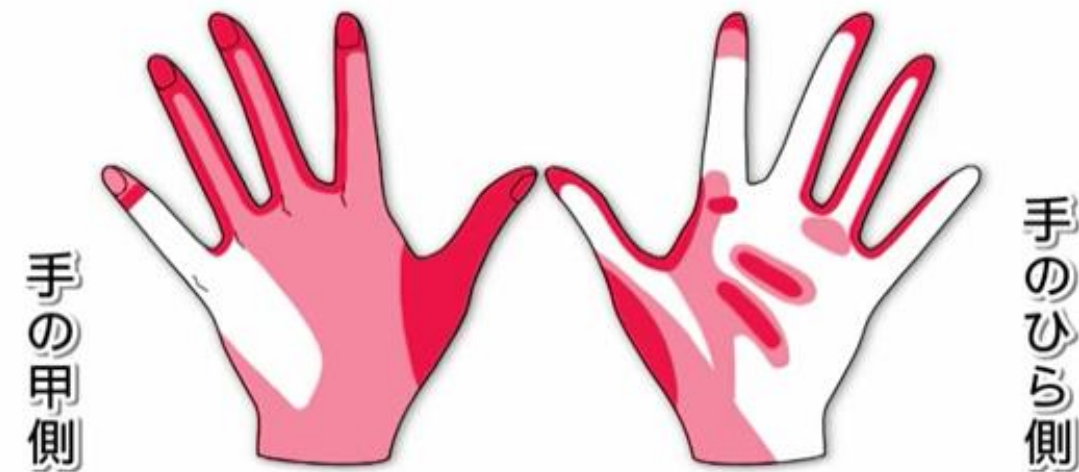


⑩ペーパーで水分をしっかりと拭き取る(押し拭きをする)。



⑪自動水栓ではない場合は、ペーパーを介して、流水を止める。

■ 洗い残しの多いところ
■ やや洗い残しの多いところ



感染経路の遮断には、以下の点に留意しましょう。

- 施設内に入る時、ケア前後の手指消毒を実施しましょう。
- 特に調理前と食事前、トイレの使用後は十分に手を洗いましょう。

咳エチケットも大事な対策の一つ

3つの正しい咳エチケット

1. マスクを着用する。



マスクをつけるときは取扱説明書をよく読み、正しくつけましょう。
鼻からあごまでを覆い、隙間がないようにつけましょう。

2. ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う。



口と鼻を覆ったティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。

3. 上着の内側や袖（そで）で覆う。



感染症への抵抗力を向上させましょう

- 日ごろから十分な栄養と睡眠を取り、健康管理を心がけましょう。
- 咳や発熱などの症状がある場合や、感染症にかかった可能性がある場合は、管理者に相談した上で、無理をせず休むことを検討ください。

～職員が相談しやすく、安心して休めるような職場環境づくり～

新型コロナウイルス感染症

1. 新型コロナウイルス感染症とは

新型コロナウイルスによる急性呼吸器症候群。多様な変異株が存在し、2021年末に感染性が非常に強いオミクロン株に置き換わって以降は、重症化する患者の割合は減った。

2. 症状

発熱、咳、喉の痛み、鼻づまりや鼻水、息切れまたは呼吸困難、悪寒、臭いや味を感じなくなる（臭覚・味覚障害）、頭痛、筋肉痛、嘔吐など。通常は感染後2～14日で症状が現れる（オミクロン株の場合は通常2～4日）。

3. 感染経路

ウイルスが付着した手で鼻や目や口を触ることによる**接触感染**と、咳やくしゃみによる**飛沫感染**が主であるが、エアロゾル感染も否定できない。

4. 対策



- ① ワクチン接種
- ② 手洗い、うがい、マスクの装着
- ③ 室内の**定期的な換気の徹底**
- ④ 十分な休息（特に睡眠）とバランスのとれた栄養摂取
- ⑤ 通常の洗濯で構わないが、熱水洗濯でもよい。
- ⑥ 患者が使用した食器類は、洗浄して良く乾燥させる。

インフルエンザ

1. インフルエンザとは

インフルエンザウイルスによって起こる感染力が強い疾患。A型とB型のインフルエンザウイルスによる感染が主。季節性の流行が定期的に行き交っている。

2. 症状

38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、喉の痛み、鼻汁、咳、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れる。

小児ではまれに急性脳症、高齢者や免疫力の低下している方では肺炎を伴うなど、重症になることがある。ただし、高齢者では発熱が顕著でない場合がある。

3. 感染経路

ウイルスが付着した手で鼻や目や口を触ることによる**接触感染**と、咳やくしゃみによる**飛沫感染**が主。

4. 対策



- ① **ワクチン接種**
- ② **手洗い、うがい、マスクの装着**
- ③ 適度な湿度の保持（50～60%） 加湿器を使うなど
- ④ 十分な休息（特に睡眠）とバランスのとれた栄養摂取
- ⑤ 鼻汁、痰を含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗う。

感染性胃腸炎

1. 感染性胃腸炎とは

細菌またはウイルス（主にノロウイルス、ロタウイルス、サポウイルスなど）などの病原体が体内に侵入し、臓器や組織の中で発育または増殖し、発熱、嘔吐、下痢などの症状があらわれる。

2. 症状

主症状は嘔吐と下痢であるが、症状の出方や程度は様々である。高齢者は37～38℃の発熱を呈し、脱水症状を来すことがあるため注意が必要。

3. 感染経路

病原体が付着した手で口に触れることによる**接触感染**、汚染された食品を食べることによる**経口感染**が主である。

4. 対策

- ① 調理の前、食事の前、トイレの後の**手洗いを徹底**する。下痢などを起こしている人の汚物処理やオムツ交換後は、手袋をしており眼に見える汚染がなくても、石けんを用いて洗浄する
- ② 食品の加熱が有効。**中心部を85℃以上で90秒以上加熱**することが望ましい。
- ③ 衣服とリネン類は、85℃で1分間以上の熱水洗濯をする。熱水洗濯ができない場合はスチームアイロンや布団乾燥機を使うと有効。
- ④ **次亜塩素酸ナトリウムによる消毒**が有効。ノロウイルスには消毒用エタノールや逆性石けん（塩化ベンザルコニウム）はあまり効果はない。



腸管出血性大腸菌

1. 腸管出血性大腸菌とは

牛や豚などの家畜の中にいる病原体大腸菌の一つで、O157がよく知られる。菌が付着した肉を生で食べたり、加熱不十分なまま食べることによって食中毒を発症する。抵抗力の低い乳児や高齢者では、溶血性尿毒症候群や脳症を引き起こすので注意が必要。

2. 症状

腹痛や水のような下痢、出血性の下痢（血便）を引き起こす。

3. 感染経路

菌に汚染された飲食物を摂取したり、患者の糞便に含まれる大腸菌が直接または間接的に口から入ることによって感染する（**経口感染**）。

4. 対策

- ① 調理の前、食事の前、トイレの後の**手洗いを徹底**する。下痢などを起こしている人の汚物処理やオムツ交換後は、手袋をしており眼に見える汚染がなくても、石けんを用いて洗浄する。
- ② **食品の加熱**が有効。中心部を85℃以上で90秒以上に加熱することが望ましい。
- ③ 調理器具は良く洗い清潔を保つ。生肉と野菜などのまな板や箸の共用を避ける。
- ④ **次亜塩素酸ナトリウムによる消毒**が有効。

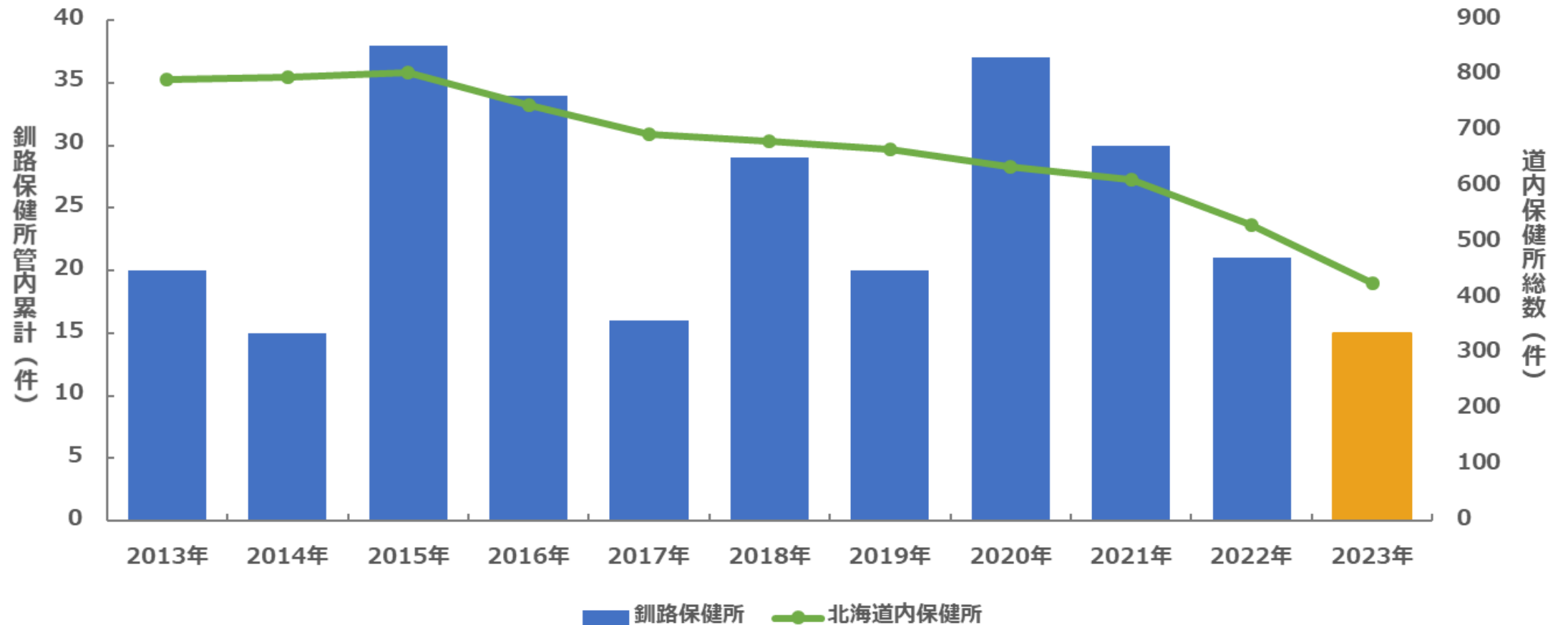


レジオネラ症

-
- 1. レジオネラ症とは** 水まわりに発生する「ぬめり」の中に高確率で生息し、そこから飛散したエアロゾルを吸入することで感染する。
-
- 2. 症状**
- 1) レジオネラ肺炎 倦怠感、頭痛、筋肉痛などの症状に始まり、咳、痰、高熱、悪寒、胸痛が出現する。腹痛や下痢などの消化器症状や、傾眠、手足の振戦などの症状がみられるのが特徴。
- 2) ポンティアック熱 発熱を主症状とし、全身倦怠感、悪寒、頭痛、筋肉痛などを伴うが、肺炎症状はみられない。2～5日程度で自然治癒する。
-
- 3. 感染経路** 細菌で汚染された水しぶきなどから発生される微粒子**エアロゾル感染**が主。
感染源：温泉、循環式浴槽、加湿器、冷却塔水、給水、給湯水など。
-
- 4. 対策** **水まわりの清掃と消毒の徹底**により、生物膜（ぬめり）の発生を防止する。
- ① 浴槽・浴室：浴槽水は毎日入れ換え、その都度、浴槽の洗浄と**塩素消毒**を行う。
- ② 加湿器内の水は**冷水を使用し、毎日交換**する。特にタンク内は「ぬめり」を除去するため、こすり洗いをする。
-

介護職のみなさんに知ってほしい「結核」

過去10年の釧路管内結核発生状況



結核

-
- 1. 結核とは** 結核は患者の咳やたんに含まれる結核菌が空気中に飛び散り、それを吸い込むことで起こる2類感染症。発病すると咳、痰、発熱等の症状が出るが、風邪の症状に似ており発見が遅れることがある。肺以外の腎臓、リンパ節、骨、脳など身体のあらゆる部分に影響が及ぶことがある。
-
- 2. 症状** 咳、痰、胸の痛み、だるさ、体重減少、発熱、寝汗など。結核菌に感染しても、多くの人は結核を発症しない。結核菌に感染した人のうち発症する人は約5~10%。身体の抵抗力が落ちている人は発症するリスクが高くなる。
-
- 3. 感染経路** 感染者が咳をすることで空気中に結核菌が撒き散らされ、空中に浮いている菌を周囲が吸い込むことによって**空気感染**する。
-
- 4. 対策**
- ① **ワクチン接種 (BCG)** 日本の定期の予防接種では、生後1歳未満（標準的な接種は生後5か月から8か月の間）の小児にBCGの予防接種が行われています。
 - ② 結核患者とわかっている人（特に結核菌を排菌している人）と、マスクをせずに長時間接触することは避ける。 ※排菌していない人（感染しているけれど発症していない人のこと）との接触は、基本的に心配ありません。
-

高齢者の結核を早期発見するには

日常的な健康観察

- 2週間以上続く呼吸器症状（咳、痰など）の症状が続く場合には、かかりつけ医や嘱託医を受診しましょう。
- 高齢者では、はっきりと症状が出ないことがあります。継続する体調不良やなんとなく元気がないなど、普段と違う様子がないか目を配っていただくことが大切です。
- 健康管理のための情報として、結核などの既往歴や治療中の病気を確認しましょう。

定期健康診断の活用

- 「高齢者は結核のハイリスク者」であり、健診が義務ではない施設も定期的な健康診断で、胸部X線検査を受けることが大切です。

職員さんの健康を守るために

職員の定期健康診断

- 少なくとも年に1回は胸部X線検査を受けましょう。
- 精密検査の通知が来たら、**自覚症状がなくても必ず受診**しましょう。

セルフケア

- 免疫力を維持し、風邪様の症状が続く時は、早めの受診を心がけましょう。
- 免疫が低下する疾患（糖尿病、腎疾患など）がある場合は、確実に治療を継続しましょう。