

夏場の感染症にご注意を！

腸管出血性大腸菌感染症（O157 感染症など）

◆原因：大腸菌 O157、O26、O111 など

◆潜伏期間：3～5 日間

★症 状：感染源は患者の糞便、汚染された食品です。下痢、発熱、腹痛、血便などが見られ、尿毒症や意識障害等の重篤な症状となることもあります。

★予防対策：トイレの後や、調理・食事の前には必ずせっけんで手を洗ってください。食肉を生で食べることは控え、内部まで十分に加熱（中心温度が75℃、1分以上）して食べるようしてください。

咽頭結膜熱（プール熱）

◆原因：主にアデノウイルス

◆潜伏期間：5～7 日間

★症 状：39～40℃の発熱に始まり、のどの痛み、結膜炎をともなう症状が数日間続きます。プールにより感染することがあり「プール熱」とも呼ばれます。



★予防対策：手洗いとうがいを励行(れいこう)してください。プールの前後には、シャワー、洗顔、うがいをきちんと行い、他の人とのタオル・ハンカチの貸し借りはさけてください。

ヘルパンギーナ

◆原因：コクサッキーA ウイルスなど

◆潜伏期間：2～4 日間

★症 状：突然の高熱、のどの痛みが現れ、口の中に小さな水ぶくれができただけで痛みをとまいません。高熱は38～40℃で1～3日続き、食欲不振、だるさなどの症状が見られます。

★予防対策：手洗いとうがいを励行してください。他の人とのタオル・ハンカチの貸し借りはさけてください。おむつの交換など便を扱った後は、特に、しっかり手洗いを行ってください。

手足口病

◆原因：コクサッキーA ウイルスなど

◆潜伏期間：3～4 日間

★症 状：手・足・口の中に水疱(すいほう)性の発しんができ、時にかゆみ、発熱をとまなう場合もあります。ごくまれに髄膜炎(ずいまくえん)や心筋炎などを生じることがあることから、症状に改善見られない場合は、早期に医療機関を受診ください。



★予防対策：手洗いとうがいを励行してください。他の人とのタオル・ハンカチの貸し借りはさけてください。

<相談窓口> 感染症に関するお問い合わせは、お住まいの地域の健康福祉センター（保健所）へどうぞ！

・県西健康福祉センター TEL0289-64-3125 ・県東健康福祉センター TEL0285-82-3323 ・県南健康福祉センター TEL0285-22-1219

・県北健康福祉センター TEL0287-22-2679 ・安足健康福祉センター TEL0284-41-5895 ・宇都宮市保健所 TEL028-626-1114

感染症予防の基本は、適切な手洗い、うがいの励行、バランスの取れた食事と十分な睡眠です。日頃からしっかりと予防に努めましょう！！！！