

●大事な体のコトを考える●

日々の健康医学講座



今号担当
今井内科胃腸科クリニック院長
今井 英人

第636回

細菌やウイルスが原因

感染性胃腸炎について

感染性胃腸炎の主な症状は、下痢、腹痛、吐き気（嘔吐）、発熱があります。

感染性胃腸炎とは細菌やウイルスなどによって引き起こされる、胃や腸の感染症を指す呼び名です。昨冬に大流行したノロウイルスによる腸炎も感染性胃腸炎の中に入ります。

●感染性胃腸炎の症状と原因

感染性胃腸炎の主な症状は、下痢、腹痛、吐き気（嘔吐）、発熱です。特に下痢や嘔吐がひどく、水分の摂取が不十分になると、脱水を起こし重症化してしまうこともあるので注意が必要です。

感染性胃腸炎の原因となる微生物には多くの種類がありますが、代表的なものは細菌とウイルスです。その他にも真菌（カビのことです）、寄生虫などがあります。細菌には、サルモネラ菌、腸炎ビブリオ菌、病原性大腸菌、黄色ブドウ球菌、カンピロバクター菌などがあり、主に食べ物や飲み物から感染し、食中毒の主因となります。ウイルスには口タウイルス、アデノウイルス、小型球形ウイルス（殆どがノロウイルス）などがあり、ウイルス性の胃腸炎は胃腸かぜとも呼ばれます。

一般に、腹痛や発熱などの症状が強いときや、生物などの摂取後に発症したときには、細菌性が疑われます。一方、症状が軽微のときや、問診上細菌性の疑いが無いときには、ウイルス性が疑われます。

また、食べたものや症状から原因菌が推測される組み合わせもあります。代表的なものには、魚介類と腸炎ビブリオ菌、鶏卵とサルモネラ菌、豚肉とカンピロバクター菌、牡蠣とノロウイルス、子どもの白色便とロタウイルスなどがあります。しかし、原因が何であるかは症状や病歴だけでは確定できませんので、原因菌を調べるためには便培養や採血検査なども必要となります。

●注意点について

感染性胃腸炎になってしまったときには、次のことに注意してください。

①胃腸かぜと思っても、実は他の原因による胃腸炎の可能性もあります。早めの診断と適切な治療が早く治すための近道ですので、一度、病院で診察を受けてください。

②嘔吐や下痢などがひどいときには胃腸を安静に保つため絶食にすることもありますが、嘔吐や下痢が

落ち着いてきたら、むしろ食事はした方がよいと思います。ただし、食物繊維の多いものや香辛料などの刺激物、脂肪分、乳製品、アルコールなどは控えてください。

③水分はしっかりと摂取する必要があります。スポーツ飲料水や薄めのお茶などを飲みましょう。水分の摂取が十分にできないときには、重症化する前に点滴などの処置をした方がよいので、早めの受診をお勧めします。

④感染性胃腸炎の治療において、腹痛時に使用する腸管の動きを止めるような作用の薬や止痢薬は原則としては使用しません。仕方なく使うときも最小限に留めるようにするのが一般的ですので、市販の下痢止めも安易に使用しないようにしてください。

⑤自分以外に病気が広がらないように、感染予防対策をとることが重要です。今回、詳細は省きますが、吐物や便汁などには菌が多数混入していますので、トイレの後の手洗いや消毒、吐物の処理などには十分注意が必要です。

※ 感染性胃腸炎について、ご理解いただけましたか？早めの診断と適切な治療が大切です。もしも上記のような症状が出たら、早めに受診することをお勧めします。

●内科●胃腸科●小児科●老人科●人間ドック併設

医療法人

今井内科胃腸科クリニック

院長 今井 英人

〒465-0097 名古屋市名東区平和が丘5丁目27番地
TEL&FAX 052-771-3322(代)

