

# サイトメガロウイルス・トキソプラズマ感染予防について



サイトメガロウイルスってなに？

世界中でよくみられ、誰でも感染する可能性があります。成人の約60～90%の人が過去に感染したことがあるとされています。

母体が妊娠中に初めて感染し、それによって胎児も感染すると、児は先天性サイトメガロウイルス感染症となることがあります。大部分の児は無症状で出生します。一部の児は出生後、または遅れて、難聴・視力障害・精神発達遅延・肺・肝臓・脾臓の問題・発達障害などの健康問題が発生することがあります。

健康な人が感染した場合、ほとんど症状がないことが多く、感染したことに気づかないこともあります。なかには風邪とよく似た症状が出る人もいます（発熱、のどの痛み、全身倦怠感、リンパ節の腫れなど）。

## 感染予防

感染経路として、感染者との密接な接触（キス、性交、唾液や尿がついた手で目・鼻・口を触る）があります。妊娠中の感染の多くの原因は、小さな子どもの唾液や尿に触れることによるものです。

☆ 以下の行為の後には、頻回に石けんと水で15～20秒間は手洗いをしましょう。

- ・おむつ交換
- ・子どもへの給餌
- ・子どものハナ鼻汁やヨダレを拭く
- ・子どものおもちゃを触る

☆ 子どもと食べ物、飲み物、食器を共有しない。

☆ おしゃぶりを口にしない。

☆ 歯ブラシを共有しない。

☆ 子どもとキスをするときは、唾液接触を避けて。

☆ 玩具、カウンターや唾液・尿と触れそうな場所を清潔に保つ。



トキソプラズマってなに？

トキソプラズマ原虫に感染した動物の生肉摂取や、間接的に動物の糞を摂取することにより感染します。妊娠中に母体に感染すると、児は先天性トキソプラズマ症となることがあります。感染した児の約10%に症状が出現し、網脈絡膜炎、脳室拡大、小頭症、精神運動発達遅延、肝脾腫となる可能性があります。母体は感染してもほとんど症状はありませんが、時々風邪のような症状が出る人もいます。

## 感染予防

ヒトからは感染せず、動物の生肉や糞が口に入ることで感染します。

☆ 生肉はしっかり加熱しましょう

生肉・生ハム・サラミ・レアな状態のステーキは妊娠中控えましょう。

野菜・果物もきれいに洗って食べましょう。

☆ ネコを飼っている人は、室内で飼育し、トイレは家族に任せるかゴム手袋を使用しましょう。

☆ ガーデニングなど土いじりをする時は手袋をし、後でうがい・手洗いをしっかりしましょう。

質問などあれば、お気軽にスタッフにお尋ねください！

