

急性胃腸炎のお話

Rakonto pri akuta gastroenterito (stomaka kaj intesta inflamo)

翻訳:横山裕之

Trad. : JOKOJAMA Hirojuki

最近、急におなかが痛くなって、下痢が出て痛みが長く続きました。とても痛かったです。

Antaŭ kelkaj tagoj akute min doloris la ventro, kaj mi laxis kun longa doloro. Tio estis tre mordanta.

病院に行くと、急性胃腸炎だと医者に言われました。

Kiam mi iris hospitalon, la kuracisto diris, "Via malsano estas akuta gastroenterito (stomaka kaj intesta inflamo)."

ウイルスや細菌が腸の中でいっぱい増えて、そこから出るガスでお腹が膨れたそうです。

Li diris, "En via intesto viruso kaj mikrobo tre multiĝas, kaj via ventro ŝvelis pro la gaso ellasita de ili".

おなかが太鼓のように膨れていました。

Mia ventro ŝvelis kiel tamburo.

食べるとますますひどくなるので、しばらくポカリスエットやアクエリアスを飲むだけにしました。

Manĝi ion pli malbonigis mian sanstaton. Tial mi nur trinkis la izotonajn trinkaĵojn "pokarisuetto" aŭ "akueriasu" dum kelkaj tagoj.

薬を飲んで、何も食べずに胃腸を休めるとか水分を取ったりするのがよいそうです。

Onidire, estas efike, preninte medikamenton, preni akvon kaj ripozigi la stomakon kaj la inteston sen manĝi.

ノロウイルスで感染性胃腸炎という病気になることがあります。

Povas esti, ke oni suferas de la malsano "Infekta gastroenterito" pro la Noro-viruso. Kaj vintre multa estas la okazo, ke "Akuta gastroenterito" estas "Infekta gastroenterito".

冬にはノロウイルス感染が増えます。ノロウイルスがわずか 10~100 個が体内に入っただけで感染が成立します。

Vintre troviĝas multe da pacientoj infektitaj de Noro-viruso. Kiam homan korpon invadas nur de dek ĝis cent tiuj virusoj, oni estas infektita.

一般の食中毒菌（サルモネラ菌など）は数十万~数百万個が体内に入らないと感染・発症しないので、ノロウイルスは感染しやすいのがわかります。

Ĝeneralaj mikroboj kaŭzantaj tokisiĝon pro manĝaĵo, ekz. salmonelo, nur infektas aŭ infektas kaj malsanigas homon nur kiam ili invadas korpon kun la nombro de kelka-centoj mil ĝis kelka-milionoj. Tial kompreniĝas, ke oni estas infektita pli facile je la Noro-viruso ol tiuj.

ウイルスがある手からドアノブなどを介して感染したり、調理したものを食べたりしてうつります。

Oni estas infektita per porda anso tuŝita de mano de infektitoj aŭ per manĝaĵo preparita de infektitoj.

病気になって 24~48 時間たつと下痢や嘔吐、微熱などの症状が出てきます。

Kiam 24 - 48 horoj pasas de infekto, oni laksas, vomas kaj ekhavas febreton.

病気がうつらないように、指の間や指先、爪の間も念入りにきちんと手を洗うというのが大事なようです。

Gravas, ke oni lavu la manojn atente speciale lokon inter unuj fingroj kaj aliaj fingroj kaj pinton de fingroj kaj ungojn por eviti infektadon.

ノロウイルスはアルコールでは死にません。塩素系漂白剤や熱湯（85 度以上 1 分以上）で消毒します。

Oni ne povas mortigi Noro-viruson per alkoholo. Oni devas sterilizi ĝin per kloro blankigilo aŭ varmega akvo (pli varme ol 85°C kaj pli longe ol 1min.)

2013 年第 51 週（2013 年 12 月 16 日から 12 月 22 日まで）の感染性胃腸炎に関する患者数は、2013/14 年シーズン（すなわち、2013 年 9 月から 2014 年 8 月まで）の各週の患者数の中で、一番多かったです。（北海道でも全国でも）[2014 年 2 月現在]

<http://www.iph.pref.hokkaido.jp/kansen/603/hokkaido/transition.html>

De la 51-a semajno de la jaro 2013 (ekde la 16-a de dec. 2013 ĝis la 22-a de dec.) malsanuloj pri infekta gastroenterito estas la plej multaj el malsanuloj de ĉiu samajno de la sezono de la jaroj 2013/14, t.e. de sept. 2013 ĝis aug. 2014. (kaj en la gubernio Hokkajdo kaj en la tuta Japanio) [Ĝisdatigo: feb. 2014]

この記事は、アイヌ語新聞「アイヌタイムズ」の第59号（近日発刊）に投稿した「急性胃腸炎のお話」（急性胃腸炎 オルシペ）の一部を修正し、エスペラント訳したものです。前回同様、エス訳は HEL の川合さんなどに多大なご協力をいただきました。この場をお借りして、関係各位に深謝いたします。

このエス文につきましては、HEL ホームページ

<http://www.hokkajda-esp-ligo.jp/jp/index-j.htm>

及び私のアイヌ語投稿文の個人的ページ

<http://www.geocities.jp/aynuitak/>

にも掲載を予定しております。

ついでながら、アイヌタイムズをご購入していただける方がいらっしゃいましたら、お声をかけていただくと大変うれしく思います。

（購読連絡先：〒055-0101 北海道平取町二風谷 80-25 萱野志朗宛）

電子メール：ainuitak@yahoo.co.jp （横山・中継ぎ連絡先）