

ノロウイルスによる感染性胃腸炎に注意しましょう！！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は1年を通して発生しますが、特に、冬季に多く発生します。

個人の健康保持はもちろん、集団感染を防ぐため、みなさんご注意ください。



ノロウイルスによる感染性胃腸炎とは？

- ノロウイルスの感染経路は経口感染（口から体内に入ること）です。
 - ① ノロウイルスに汚染されたカキなどの二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合
 - ② 食品取扱者（家庭で調理をおこなう人も含む）の手指が、ノロウイルスに汚染されており、その手を介して汚染された食品を食べた場合
 - ③ ノロウイルス感染者の便や嘔吐物から、二次感染した場合
(ヒト同士の接触する機会が多いところでは、直接感染する場合があります)
- 主な症状は、吐き気、嘔吐、腹痛、下痢、発熱などです。潜伏期間は1～2日で、通常、発症後3日以内で軽快しますが、発症当日の症状が激しいのが特徴で、脱水に注意する必要があります。
(特に、乳幼児や高齢者では、重症化することがあります。)

予防対策のポイントは？

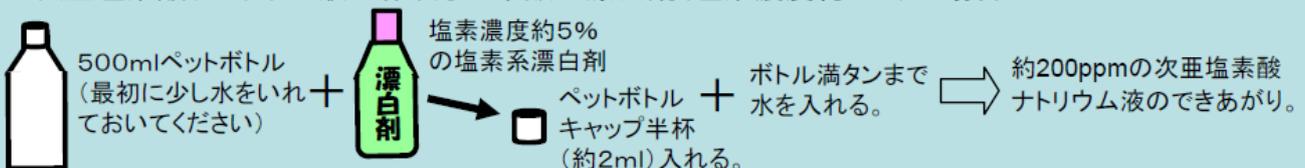
- トイレ後、調理前、調理中、食事の直前に、必ず石けんで手を洗いましょう。
- 下痢・嘔吐などの消化器系症状がある人は、回復するまで調理を控えましょう。
- 食品はよく加熱（中心部が85℃、1分以上）しましょう。
- 特に家庭内で発症者が出た場合、嘔吐物・下痢便の処理を適正にしましょう。



発症した場合の注意

- 発症したら医療機関を受診しましょう。
(有効な抗ウイルス剤はありませんが、整腸剤や輸液などを対症療法的に用いることがあります。)
- 発症者の吐物や便には、多量のウイルスが含まれ、感染が広がる可能性があります。
 - ★ 嘔吐・下痢などで便器や周囲を汚した場合は、事務室へ連絡してください。清掃します。
 - ★ 家庭では、吐物などで汚れた床は、使い捨ての手袋を使い、新聞紙やペーパータオルなどでふき取った後、200ppmの次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなど）（下図参照）をしみこませたティッシュペーパーなどで拭き取り消毒し、水拭きして下さい。
 - ★ 発症者は、入浴は最後にするか、シャワーにしましょう。
 - ★ 症状がなくなった後も、1週間程度（長い時は1ヶ月）ウイルスが排泄されることがありますので、手洗いはしっかりと続けましょう。

＜次亜塩素酸ナトリウム液の作り方～市販の漂白剤（塩素濃度約5%）の場合～＞



※塩素系漂白剤をペットボトルキャップ2杯（約10ml）にすると、1000ppmの次亜塩素酸ナトリウム液が作れます。

兵庫県健康福祉部生活消費局生活衛生課・健康局疾病対策課・健康福祉事務所（保健所）HPより引用

保健館HP



厚生労働省HP



国立感染症研究所HP

