

# ノロウイルスによる感染性胃腸炎

## ■ノロウイルスとは？

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は1年をとおしてありますが、特に冬季に多いです。食品が原因とならず、感染者のふん便、吐物を介して感染する場合があります。

## ■特徴は？

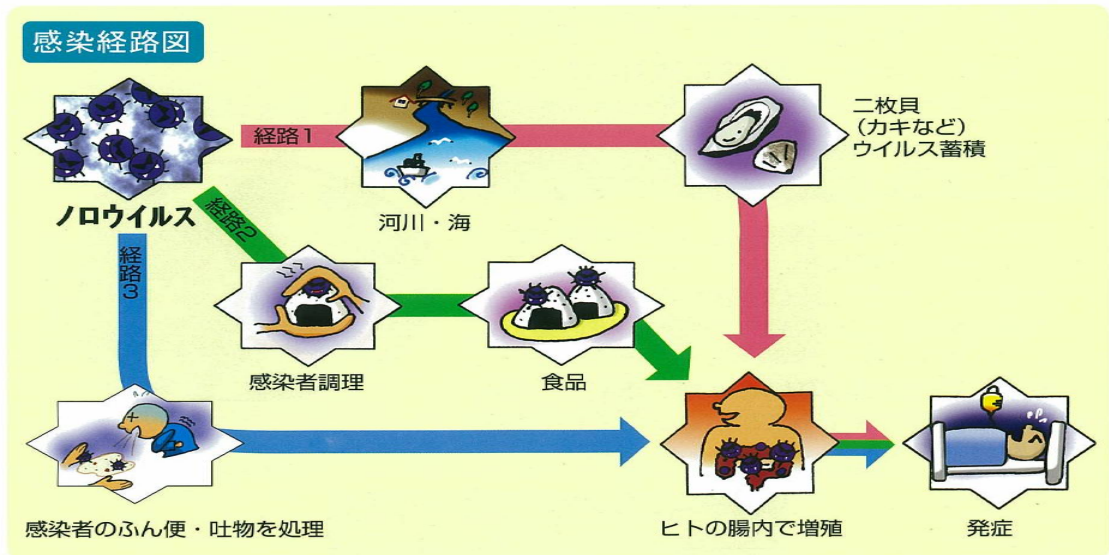
- ・感染力が非常に強く、保育所、幼稚園や福祉施設などの集団生活の場では、一人の患者から拡がる場合があります。
- ・食品中では増殖せず、人の腸管内でのみ増殖します。
- ・少量（10～100個）のウイルスでも感染することがあります。
- ・感染者のふん便、吐物中には1gあたり数億個のウイルスが排出されます。

## ■主な症状は？

- ・感染して12～48時間後に、吐き気、おう吐、腹痛、水様性下痢、急な発熱など
- ・高齢者や幼児など抵抗力の弱い方は重症になることもあります。
- ・感染しても発病しない人がいますが、ふん便中には大量のウイルスが排泄されているので注意が必要です。

## ■どのように感染するの？

- 経路1 → **食べ物→人** : 加熱不十分な汚染されたカキなどの二枚貝を食べて感染する
- 経路2 → **人→食べ物→人** : ノロウイルスに感染した人が、十分手洗いを行わず調理することにより、手や調理器具からウイルスが食品について、その食品を食べた人が感染する
- 経路3 → **人→人** : ノロウイルスを含むふん便や吐物を処理する際や、その処理が不適切な場合に感染する



## ■食べ物からの感染を予防するために

### 1 調理する前に、石けんで手を洗う

### 2 食材由来のノロウイルスを失活（殺菌）する

- ・ 中心部までよく加熱する。（中心温度 85℃以上、1分以上の加熱）
- ・ 生で食べる食品（野菜・果実など）は十分に洗浄する。

### 3 調理器具からの汚染を防止する

- ・ まな板や包丁などの調理器具は十分洗浄し、熱湯（85℃）で1分以上の加熱または家庭用漂白剤（塩素系）で消毒する。
- ・ 調理器具は食品別、用途別に使い分ける



## ■人から人への感染予防は「手洗い・うがい！！」

ノロウイルスは、「アルコール」や「逆性石けん」などでは消毒効果が期待できません！手指は、石けんで1分以上もみ洗いし、ウイルスを洗い流すことが大切です。



石けんをつけ、手の各部分を丁寧にこすり洗いし、最後に十分な水で洗い流す。

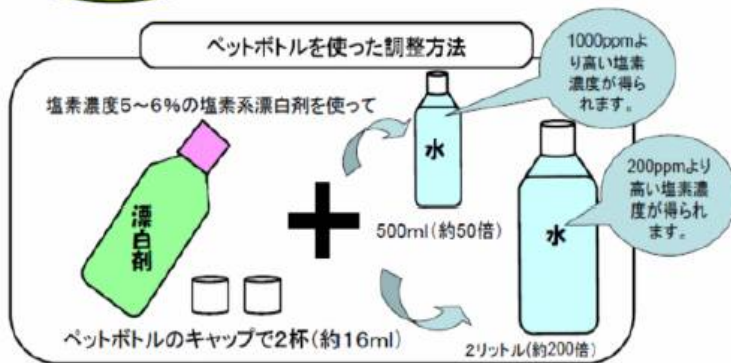
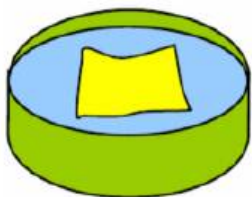
消毒は必ず、「次亜塩素酸ナトリウム（家庭用ハイター等）」で！

☆ふん便や吐物の付着したものを処理する場合はビニール手袋を使用しましょう

### 消毒液の使用方法

通常は200倍(200ppm)で消毒してください。特に、吐物により汚れた衣類、シーツ、タオルなどは 50 倍(1000ppm)に希釈した塩素系漂白剤に 30 分浸し、その後洗濯しましょう。

※素材によっては、色落ちしますが、ウイルスを死滅させるためには必要な手段です。



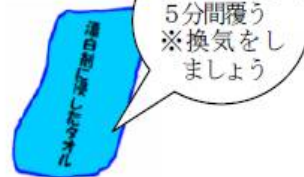
### 吐物の処理方法



①吐物を、使い捨ての雑巾、ティッシュ、新聞紙などでできる限り拭き取りましょう。



③ビニール袋に吐物や拭き取ったティッシュなどを入れ、袋の口をしっかりと縛りましょう



汚染箇所を5分間覆う ※換気をしましょう

②塩素系漂白剤の原液に浸したタオルを、吐物で汚染を受けた場所に5分間覆い、その後、水拭きしましょう。



④汚物の入った袋と使い捨て手袋をビニール袋に入れ、口をしっかりと縛り、廃棄しましょう。