

今回のテーマ ノロウイルスによる 感染性胃腸炎・食中毒



ノロウイルスによる感染性胃腸炎・食中毒は冬季に流行します



ノロウイルスに感染するとどうなる？

- 感染後、24～48時間で、下痢、嘔気、嘔吐、腹痛、発熱などの症状が出ます。通常、3日以内に回復しますが、ウイルスは感染してから1週間程度長いときには1ヶ月程度糞便中に排出され続けます。
- 子供や高齢者等では重症化したり、吐物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。
- 感染経路は、**食品からの感染**(感染者が調理等して汚染された食品の摂取、ウイルスの蓄積した加熱不十分な二枚貝の摂取等)や、**人からの感染**(感染者の便や吐物に含まれるウイルスが、手等を介して口から入り込む、感染者の吐物や便中のウイルスが床等に飛び散り、乾燥して空中に舞ったウイルスを吸い込む)等です。
- ノロウイルスにワクチンはなく、治療は輸液等の対症療法に限られます。

予防法は？

ノロウイルスには加熱や塩素系漂白剤による消毒が有効です

①「手洗い」をしっかりと！

○洗うタイミング
調理前、食事前、トイレ後、
下痢や吐物などの汚物処理後等は、必ず手洗いしましょう。

○手洗いの方法
石けんと流水による手洗いをしましょう。手洗い後は清潔なタオルかペーパータオルでふき取りましょう。

②「人からの感染」を防ぐ！

○体調管理
調理者が感染していると、食品を汚染する可能性があります。嘔吐や下痢症状等がある際は、直接食品に触れないようにしましょう。

○汚物処理
ウイルスの飛散を防ぐため、嘔吐物や糞便は慎重に処理しましょう。

③「食品からの感染」を防ぐ！

○加熱
85℃～90℃で90秒以上の加熱が必要です。食材の中心部まで火を通しましょう。

○消毒
使用後の調理器具はよく洗い、熱湯をかけたり、塩素系漂白剤につけたりして十分に消毒しましょう。

感染症かわら版『糞便・嘔吐物処理方法』参照

塩素消毒液の作り方は？

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「塩素消毒液」を作ります。

※家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用可



製品の濃度	食器、ドアノブ等の日常的な消毒(0.02%の濃度の塩素消毒液)		嘔吐物などの処理(0.1%の濃度の塩素消毒液)	
	液の量	水の量	液の量	水の量
12%	5ml	3L	25ml	3L
6%	10ml	3L	50ml	3L
1%	60ml	3L	300ml	3L

- ・手指消毒には使わないでください。
- ・製品によって濃度が変わるため、ご注意ください。
- ・嘔吐物など酸性のものに直接原液をかけると、有毒ガスが発生することがあります。必ず「使用上の注意」をよく確認してください。

2024年1月25日 発行

石巻保健所疾病対策班 電話：0225-95-1430