



JA鹿児島県厚生連
地域医療推進部 地域医療推進課
〒890-0061 鹿児島市天保山町22番23号
TEL 099-806-1101・FAX 099-806-1107
E-mail kou.tis@ks-ja.or.jp
皆様からのご意見やご質問を、お待ちしております。

ノロウイルスに気をつけよう



ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は特に冬に流行します。平成25年11月1日～平成26年1月31日は、ノロウイルス食中毒予防強化期間となっています。しっかり予防して、感染を広げないようにしましょう！

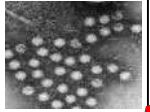
データであると

ノロウイルスによる食中毒は、



ノロウイルスの特徴

- ・感染力が強く10～100個程度の少量のウイルスでも感染する。
- ・ヒトの体内(腸管上皮細胞)でのみ増殖する。
- ・ノロウイルス感染症に直接効果のある薬剤、ワクチンはない。
- ・85℃以上、1分以上の加熱で死滅する。



主な感染経路は3つ

食品 人

ノロウイルスが蓄積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



人 食品 人

食品取扱者がノロウイルスに感染し、調理や加工を介して、汚染された食品を食べた場合



人 人

ノロウイルスに感染している人のふん便やおう吐物を触った手指を介して口に入ったり、乾燥して浮遊するノロウイルスを吸い込んで感染する場合



潜伏期間: 感染から発症まで24～48時間

主症状: 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱は軽度

治療: 1～2日後に治癒し、後遺症は残らない

・乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも注意。



症状がなくなってから1週間～1ヶ月程度は便中にウイルスを排泄する。(感染して発症しない人も同様にノロウイルスを排出する)

予防や拡大を防ぐポイント

予防

手洗い

感染症予防の基本!!
食事前、トイレの後、調理前後には必ず石けんでしっかり手を洗いましょう。

指先、爪の間、親指周り、手のシワ、指の間、手首の洗い残しに注意!



加熱

食品は中心部までしっかり加熱(85℃以上)しましょう。



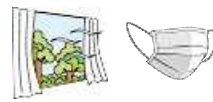
消毒

まな板、包丁、食器、ふきんなどは使用後十分に洗浄し、次亜塩素酸ナトリウム(0.02%)で浸すように拭くか、熱湯(85℃以上)で加熱する



拡大を防ぐ 迅速な処理が重要!

片付ける前に、使い捨てのマスクと手袋、エプロンを身に着け、換気のために窓を開ける。



おう吐物・便が飛び散らないように静かにペーパータオル等で拭き取る。



拭き取った後は、次亜塩素酸ナトリウム(0.02%)で浸すように床を拭き取り、その後水拭きをする。

拭き取りに使ったペーパータオル等は、ビニール袋に密閉して破棄する。(この際、ビニール袋に廃棄物が充分浸る量の次亜塩素酸ナトリウム(0.1%)を入れることが望ましい)



処理後は石けんで丁寧に手洗いをする。



市販の塩素系漂白剤(濃度約5%)を使って

消毒には次亜塩素酸ナトリウムを使いましょう。アルコール消毒はほとんど効果がありません。

ペットボトルを使った消毒薬の作り方 (市販の塩素系漂白剤に次亜塩素酸ナトリウムが含まれています。)



塩素系漂白剤

汚染がひどい場所用(濃度が0.1%)

おう吐物やふん便が付いた床、衣類など

500mlのペットボトルに水を入れ、ペットボトルのキャップ2杯の漂白剤を加える。

通常の掃除用(濃度が0.02%)

おもちゃ、調理器具、直接手で触れる場所など

2のペットボトルに水を入れ、ペットボトルのキャップ2杯の漂白剤を加える。

<注意>

金属部分が錆ないように、次亜塩素酸ナトリウムでの消毒後は薬剤の拭き取りを十分にしましょう。