

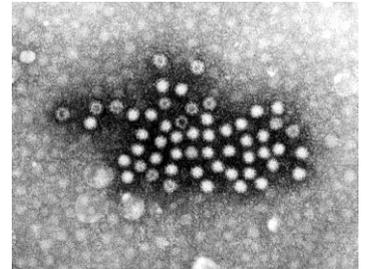
# ノロウイルスによる 感染性胃腸炎に注意しましょう！



福井大学保健管理センター

## ノロウイルスとは？

冬期(主に11月～3月)の感染性胃腸炎の原因として多く、ヒトの小腸粘膜で増殖するウイルスです。そのため少ないウイルス量でも発病します。ノロウイルスは食物に付着すると食中毒の原因になります。



〈ノロウイルスの電子顕微鏡写真〉

## 感染経路

### ◆人から人への感染

吐物や便の中に含まれるウイルスが手、あるいは手で触れたものを介して口に入り、感染します。吐物の飛沫から感染する場合があります。



口から入ります

### ◆汚染された水、食品からの感染

食品を介した感染で最も多いのは貝類による感染で、ウイルスに汚染された二枚貝を生、あるいは加熱が不完全なままで食べることにより感染します。また、感染性胃腸炎の病原体を持っている人が調理した際に食品が汚染され、その食品を摂取した場合に感染することもあります。

## 感染予防のポイント

### ◆手洗いうがいの徹底！

帰宅時やトイレを使用した後、調理の前後、食前は必ず流水・石鹸で30秒以上手を洗いましょう。指先～手首まで十分に洗ってください。タオルの共用は避けましょう。また、ノロウイルスには、アルコール性手指消毒剤は無効です。



### ◆食品の取扱いに注意！

ウイルスは熱(85度以上で1分間以上加熱)を加えると死滅します。ウイルスに汚染されている可能性のある食品は、中心部までよく加熱してください。

### ◆便や吐物の処理に注意！

便や吐物の処理をする時は、使い捨てのビニール手袋、マスク、ガウンを着用しましょう。汚染した衣類、床、汚物の消毒には市販の塩素系消毒剤(漂白剤)を希釈したものを使用してください。拭取りに使用したペーパータオル・布類は直ちにゴミ袋に入れ、消毒・密閉し廃棄します。処理後は、必ず手洗いうがいをしましょう。ノロウイルスは乾燥すると空中に漂い、口に入って感染することがあるので、便や吐物は速やかに処理してください。



## ノロウイルスに感染した場合

ノロウイルスの潜伏期間は通常1～2日です。

主な症状は吐き気・嘔吐、下痢、腹痛、発熱ですが、症状の程度にも個人差があります。嘔吐や下痢、発熱で脱水症状を示すこともあるので、このような症状がみられたら早急に医療機関で受診してください。

