

## 「ノロウィルスによる胃腸炎」

食中毒で最も多く見られる病原微生物です。年中ありますが、初冬に流行がみられます。

### 症状：

吐き気、下痢が主な症状で、まれに発熱があります。症状は通常2日くらいで治まりません。

### 罹患年齢：

小児から高齢者と幅広くかかります。幼稚園・学校・成人の胃腸炎の原因にもなります。

### 感染経路：

汚染された食物（とくにカキなどの貝類）、水を介した糞口感染、吐物やその処理などを介しての空気感染の可能性もあります。

症状が治まっても、通常1週間、時には1ヶ月便からウィルスを排泄します。

### 潜伏期：

12～60時間



### 治療法：

抗ウィルス薬はないので、対症療法になります。抗生物質は無効です。

### 【ノロウィルス対策5か条】

#### 1. 手荒い・うがいの励行

手から口に感染します。家族の吐物やオムツの処理後はもちろん、帰宅時にも手洗いうがいをしましょう。

#### 2. 生の貝類は食べない

ウィルスは貝の身の中に入り込んでいるので、洗っただけでは取り除けません。また、いくら新鮮なものでも汚染されている事があります。85℃で1分の加熱で死滅するといわれています。

#### 3. 脱水を防ぐ

かかった場合は、水分を十分補給しましょう。

嘔吐は半日ぐらいでおさまってきます。嘔吐がおさまったらアクアライトなどのイオン飲料を少量頻回に飲んで脱水を防ぎましょう。

#### 4. 汚物は密閉して捨てる

吐物や便は乾燥すると空気中にウィルスをまき散らします。オムツは毎回ポリ袋に密閉して捨て、吐物はウェットティッシュで入念に拭き取り、ポリ袋に密閉して捨てましょう。繰り返し使うようなぞうきんは汚染を広げるので避けましょう。

マスクをつけ、使い捨て手袋を使いましょう。

#### 5. 塩素系漂白剤で消毒

アルコールは効きません。塩素系漂白剤（ハイター、ブリーチなど）を250倍に薄めた濃度で消毒効果があります。使用後のおまるや便器、吐物で汚れた床などを塩素系漂白剤で拭き取りましょう。吐物や便で汚れた衣服の洗濯にも塩素系漂白剤を使用しましょう。ただし色落ちには注意が必要です。