

保健だより

No. 134

桐生市立商業高等学校 定時制

2021/12/17

冬はノロウイルスが原因の食中毒が多いので注意！

主な感染経路

* 食品からの感染 *



* 人からの感染 *



- ・ノロウイルスに感染した人が調理などをして汚染された食品。
- ・ウイルスが蓄積した、加熱が不十分な二枚貝など。

- ・患者のふん便やおう吐物などからの感染
- ・家庭等での飛沫などによる感染。

感染 ・ 発症

日常生活で気をつけること

1. 手洗いをしっかりし、手についたウイルスを洗い流す。
2. 貝類は十分加熱(85℃以上で、90秒以上加熱)する。
3. 調理後のまな板、包丁もよく洗う。
4. ノロウイルスに対する消毒(使用した物や排泄物など)は家庭用漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)を使用する。

排泄物等を処理する時



- ・使い捨てのマスクや手袋をする。
- ・固形物はペーパータオルや新聞紙などで拭き取ってから消毒する。
- ・処理した手袋は汚染されているので、他の場所を触らない。
- ・処理後は窓を開けて換気をする。

* 詳しくは別紙(厚生労働省: 冬は特にご注意! ノロウイルスによる食中毒をご参照ください。)

症状

- ・突然の吐き気
- ・激しいおう吐
- ・腹痛、水様の下痢
- ・37～38℃の発熱



潜伏時間

24～48時間

ノロウイルスの特徴

- ・感染力が強く、少量(100個以下)でも感染する。
- ・口から入ったウイルスが人の腸内で増殖する。
- ・おう吐物や排泄物には、ノロウイルスが大量に含まれている。
- ・ノロウイルスの遺伝子に変異しやすく、新しいタイプのウイルスが出現するため、何回でも感染する。
- ・せっけんやアルコールは効果がない。
- ・ワクチンや治療薬は今のところない。

対処方法

- ・脱水症状になりやすいので、吐き気などの症状が少し落ち着いたら、少量ずつ水分補給をする。
- ・下痢症状がひどくても下痢止めを服用すると、ウイルスが腸内にとどまり、回復を遅らせるので使用しない。
- ・症状がひどい時は、医療機関に電話連絡をし、指示を受けてから受診する。

