

ノロウイルスによる感染性胃腸炎とは？

1. ノロウイルスによる感染性胃腸炎とは？

- ・ 冬季を中心に年間を通じて発生し、誰もがかかるありふれた感染症の一つです。
- ・ 感染力が強いので、手などを介して周りの人に感染（二次感染）します。
- ・ 抵抗力の弱い乳幼児や高齢者では重症化することがあります。

2. どんなところで、何から感染するの？

主に食品（カキなどの二枚貝）から感染する場合（食中毒）と、人から人へと感染する場合があります。

食品から感染する場合は、汚染された食品を生の状態、あるいは十分に加熱しないで食べた場合に発症します。また、感染した人の便や嘔吐物を通して感染がおこります。つまり手や食品、物についたウイルスが、口に入ると感染してしまいます。

3. 症状は？

◎潜伏期間：1～2日

◎症 状：下痢、嘔吐、吐き気、腹痛

1～3日で治まります。感染しても症状が出ない場合もあります。

下痢等の症状がなくなっても、通常では1週間程度ふん便中に排泄され続きます。

4. 感染を予防するためには

◎手洗いの基本

- ・ 石けんを使い十分にこすり洗いをし、水で洗い流します。
- ・ 手洗い後の手ふきはペーパータオル等を使います。タオルを使用する場合は、毎回タオルを交換するか、個人用タオルを使用します。
- ・ 水道の蛇口は、手と一緒に洗うかペーパータオルを利用して締めると、手の再汚染を防げます。

◎食品等の衛生的な取扱い

- ・ 食材は十分に洗浄し、加熱すること。
- ・ 調理器具の清潔に十分気をつける。（包丁、まな板、布巾は家庭用漂白剤で消毒する等）

◎入浴（下痢や腹痛等の症状がある時）

- ・ 下痢の続く間は浴槽につからない。
- ・ 症状が改善しても、2～3週間程度は最後に入浴する。
- ・ お尻（肛門部）は、石鹸をつけて丁寧に洗う。
- ・ 浴槽の水は毎日交換する。
- ・ バスタオル等の共用は避ける。

◎洗濯（便や嘔吐物で衣類が汚れた場合）

- ・ ゴム手袋を着用し、流水で汚れを落とす。
- ・ 0.02%に薄めた塩素系消毒液 10分程度浸すか、85℃で1分間以上になるよう熱湯消毒してから、他の洗濯物と区分して洗う。

◎消毒

- ・ ウイルスが残りやすい便器やドアノブなどは、0.02%に薄めた家庭用漂白剤で拭く。その際は、手袋やマスク、エプロンを着用して行う。

◎排泄物・嘔吐物の処理（別紙）

- ・ ふん便やおう吐物の処理は、処理をする人自身への感染と、汚染拡大を防ぐため、適切な方法で、迅速、確実に行うことが必要です。

*0.02%の消毒液のつくり方

原液濃度が6%の場合 300倍にする。
原液 10mL に水を入れて全体を 3L にする。

*0.1%の消毒液のつくり方

原液濃度が6%の場合 60倍にする。
原液 50mL に水を入れて全体を 3L にする。

おう吐物（吐いたもの）の処理の仕方

◎おう吐物（吐いたもの）の処理

- ①吐いたものは、**素手で触らない**ように（手袋を着用する等）気をつけながら、**使い捨て**の布やペーパータオルなどできれいにふきとる。
- ③吐いたところは、0.1%に薄めた**次亜塩素酸ナトリウム**をペーパータオルなどにしみこませてふく。
- ④ふきとったものは、手袋等と一緒にビニール袋に入れ、**外にもれないように**して捨てる。
- ④終わったら手洗いをする。



①おう吐物や消毒液が直接触れぬよう、手袋を使用しましょう。手袋がない場合は、できるだけ手に付かないようにしてください。手袋はできるだけ使い捨てのものを使用します。

②おう吐物は新聞紙や捨ててもいい布などで、外側から内側にむけて静かに拭き取ります。

③0.1%に薄めた次亜塩素酸ナトリウムをペーパータオル等に染みこませ、できるだけ広い範囲を浸すように拭き取ります。



④ビニール袋等、液漏れしない密封できるものに、おう吐物や、拭き取った新聞等を入れ、口をしっかりと縛ります。



⑤ナイロン袋等に、口を閉じた袋を入れます。手袋を裏返しながらかぎます。使い捨て手袋が無く、ゴム手袋を使用した場合は、脱いだものをそのまま消毒液で消毒します。



⑥内側を触らないようにして口を縛り、捨てます。手袋をして処理をしても、必ず処理の最後には石けんでよく手を洗ってください。

* 処理時・処理後は窓を開ける等換気を十分にしましょう。