

ノロウイルス感染症・食中毒にご注意を!



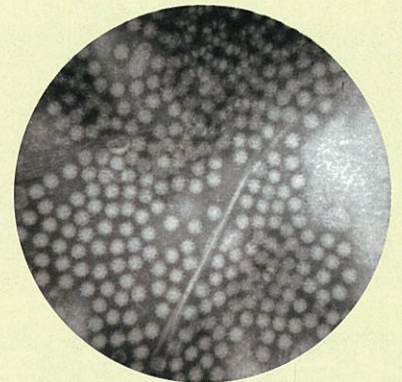
今年の冬も要注意です!!

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は、冬場に多い傾向があります。

感染力が強く、保育園、学校や高齢者福祉施設などで発生すると集団感染になることがあります。

ノロウイルスの特徴

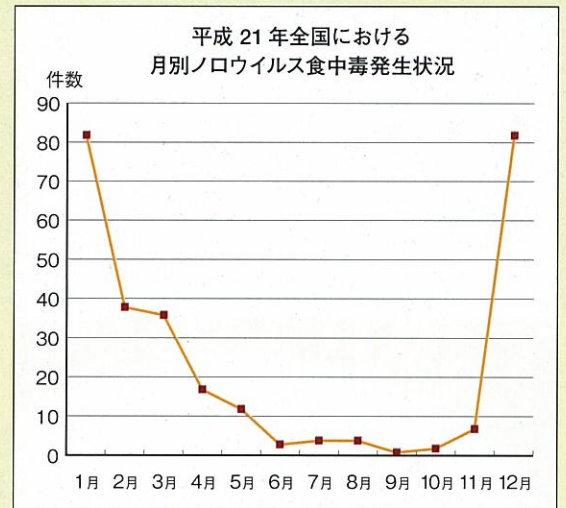
- 食品中では増殖せず、ヒトの腸内でのみ増殖します。
- ウイルスに感染した人のふん便やおう吐物が、手指や食品などに付いて、ヒトの口から入り感染します。
- 少量(10~100個程度)のウイルスでも、ヒトに感染することがあります。
- 下痢等の症状がなくなっても、患者便には1週間程度ウイルスが排出されるといわれているので注意が必要です。
(長いときは1か月程度排出が続くことがあります。)



(埼玉県衛生研究所撮影)

症状

- 感染して1~2日後に、下痢・おう吐・発熱・腹痛などの症状が出ます。
(個人差があり、感染したヒトに必ず症状が出るわけではありません。)
- 一般的に症状は軽いことが多く、ほとんどの場合2~3日で回復します。
- 高齢者や幼児などの抵抗力の弱い方は重症になることもあります。
- 初期症状は、風邪と間違えやすいので注意が必要です。
- おう吐や下痢等の症状がある場合、早めに医療機関を受診しましょう。



感染経路

パターン1

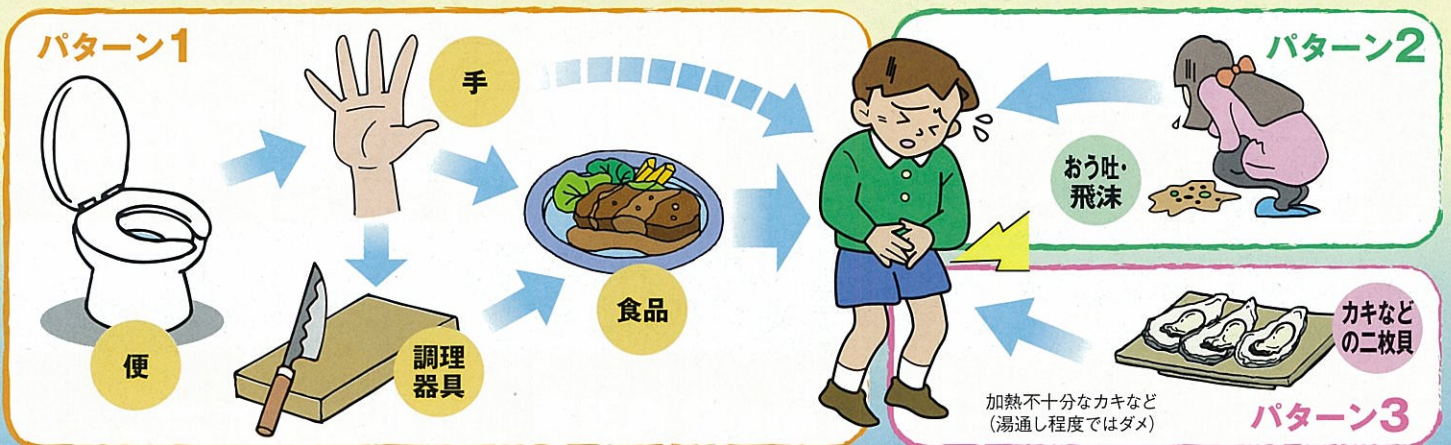
(ヒト→食べ物→ヒト)
感染者が調理の際に食品を汚染。
その食品を食べたヒトが感染。

パターン2

(ヒト→ヒト)
感染者のふん便やおう吐物の始末が不適切。
家庭や共同生活をしている施設などでは、ヒトからヒトへ直接感染する場合があります。

パターン3

(食べ物→人)
ウイルスに汚染されたカキ等の二枚貝の加熱が不十分。その食品を食べたヒトが感染。



ノロウイルス感染を予防するための注意

ノロウイルスは、手指を介して食品を汚染することがあります。

そのため、手洗いが最も重要となります。

ノロウイルスが食品に付着していた場合でも十分に加熱すれば死滅します。

また、調理する方の健康管理、調理器具の洗浄・消毒、施設の清掃・消毒も予防にとって重要となります。

感染者の便やおう吐物の不適切な処理等により、ヒトからヒトへ二次感染が広がることもありますので注意が必要です。

手指はしっかり洗いましょう



- ◇ 調理前、トイレの後、調理作業の節目には手を十分に洗う。
(流水と石けんで **2回** 繰り返し洗いを)
- ◇ 手洗い後に手拭きタオルを使用する場合はこまめに取り換える。



十分に加熱しましょう

◇ 調理の際は中心温度85℃以上で1分間以上加熱する。

清掃・消毒しましょう

感染者の便やおう吐物の中にノロウイルスが排出されます。

- ◇ トイレは清潔に保ち、消毒する。
(特に直接手が触れるドアノブや蛇口を忘れずに)
- ◇ 調理器具は十分に洗浄消毒する。
- ◇ 感染経路や消毒方法をよく理解する。



日頃からノロウイルスに感染しないよう気をつけましょう。

便やおう吐物の処理には十分に注意しましょう

- ◇ 便やおう吐物は素手で処理しない。
- ◇ 使い捨ての手袋・マスクなどを着用し、ペーパータオルなどを用いて処理する。
- ◇ 使用したペーパータオル等は0.1% (1,000ppm) 次亜塩素酸ナトリウムとともに、ビニール袋に入れて廃棄する。床も0.02% (200ppm) 次亜塩素酸ナトリウムで消毒し、同様に処理、廃棄する。

【消毒液の簡単な作り方】

家庭などで消毒液を作る際には1.5Lのペットボトルを活用しましょう。右表の量を参考に原液を入れて、水を加えて1.5Lにすると簡単に作ることができます。

一般に台所用漂白剤として売られている次亜塩素酸ナトリウムの塩素濃度は約5~6%です。

(注) 鉄製又はメッキのものには使用するとサビたり、変色したりするので、使用しないでください。

●次亜塩素酸ナトリウム濃度 6%の塩素系漂白剤を使った場合

作りたい濃度	原液 (ペットボトルのキャップ)
0.02%	1 杯
0.1%	5 杯

※ペットボトルのキャップ1杯は約5mlです

<参考>

濃度	商品名(例)
1%	ミルトンなど
約5~6%	ハイターなど
6%	ピューラックス、ニューブリーチなど



「埼玉県のマスコット コバトン」

埼玉県 保健医療部

食品安全課
疾病対策課

監視・食中毒担当
感染症対策担当

048-830-3611
048-830-3557