

ノロウイルスによる

感染性胃腸炎に注意しましょう

【ノロウイルスの特徴】

秋から冬にかけて多く発生します。
人の体内（腸内）のみで増え、「便」や「おう吐物」の中に排出します。
非常に少量（100個以下）のウイルスでも感染します。

【症状】

潜伏期間は、24～48時間（1～2日）
おう吐、吐き気、下痢、腹痛など
通常、発症後3日程度で症状が治まりますが、
1週間から1か月程度は便の中にウイルスが見られます。



【感染経路】

- ①ノロウイルスがついた食品を食べた場合
ノロウイルスに感染した人が手洗い不十分で調理を行った場合
加熱を十分に行わなかった二枚貝を食べた場合
- ②人から人へ感染する場合
感染者のおう吐物や便の処理の際に感染したり、処理を適切に行わないと感染が拡大します。

【感染の予防】

- ①手洗いを十分に行いましょう
ノロウイルスの予防の基本は手洗いです。
外から帰った後、調理の前、食事の前、トイレの後など石鹸を使ってよく洗い、流水で十分流しましょう。
- ②食品は十分に加熱しましょう
特に、二枚貝（カキ、アサリなど）は十分加熱して食べましょう。
- ③おう吐物・便の処理を適切に行いましょう
感染者のおう吐物・便には大量のノロウイルスが含まれます。おう吐物や便で汚染された場所の消毒を行いましょう。
- ④家族への感染を防ぎましょう
発症時から治った後もしばらくの間、患者さん専用のタオルを用意し、入浴も最後にするよう心がけましょう。



【症状が現れたら…】

小さいお子様やご高齢の方は、脱水を引き起こし、症状が重くなることがありますので、早めに医療機関を受診しましょう。

【おう吐物や便の処理と消毒】

おう吐物などが付着した場所を処理するときには、必ず使い捨てのビニール手袋とマスクを着用しましょう。消毒には「塩素系の家庭用漂白剤」が有効です。

①おう吐物や便が付着した場所の消毒

おう吐物や便をペーパータオルなどで静かにふき取ります。次に、消毒液（0.5ℓの水に塩素系漂白剤50cc）で浸すようにふき、その後十分に水拭きします。

②衣類の消毒

衣類についたおう吐物や便を、たらいなどでよく洗い落とし、消毒液（水2.5ℓに塩素系漂白剤50cc）で洗います。繊維が漂白されたり、痛んだりすることがあるので気をつけましょう。乾燥機で高温乾燥すると殺菌効果が高まります。消毒後にアイロンがけをするとさらに効果的です。

③ドアノブなどの消毒

消毒液（水2.5ℓに塩素系漂白剤10cc）をペーパータオル等に浸し、消毒する場所を浸すようにふき取り、その後、しっかり水拭きします。金属が腐食することがあるので気をつけましょう。

作業が終わったら、器具（バケツなど）はすべて消毒液で消毒しておきましょう。お子様が消毒液に触れたりすることのないように気をつけてください。

※詳しい処理方法は…http://www.pref.gunma.jp/c/02/download/eikanken/kansen/noro_pdf_1.pdf

