

～ちょっと気になる感染症～

ノロウイルス感染症について

◆ ノロウイルス感染症とは

1年を通して発生していますが、とくに冬季を中心に流行します。非常に強い感染力があり、乳幼児から高齢者まで幅広く感染します。感染性胃腸炎やお腹のかぜと診断される事も多いです。

保育園・幼稚園・学校・高齢者施設等では、またたく間に集団感染につながる危険があります。



◆ 症状について

潜伏期間：24～48時間

主な症状は吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・軽い発熱などです。多くは1～2日ほど症状が続いた後、治癒します。感染しても発症しないことや軽い風邪のような症状のこともあります。乳幼児や高齢者では重症化することもあり、脱水や嘔吐物による窒息・誤嚥性肺炎等に注意が必要です。

◆ 感染経路について

ウイルスが付着した手で口や目に触れることによる接触感染や、ウイルスに汚染された水や食べ物を食べることによる経口感染があります。また、ノロウイルスは乾燥すると容易に空中に漂い、これが口に入って感染すること（塵埃^{じんあい}感染）もあります。

発症後2～4週間程度は、便からウイルスが排泄され、便がついたおむつや下着に触れた手に付着したウイルスが口に入ることで感染します（糞口感染）。無症状や軽症であっても、便にはウイルスが排出されるため、気づかないうちに他の人に感染させることがあり、注意が必要です。

◆ 治療について

特効薬はなく、症状に応じた治療が行われます。下痢止めの薬は、病気の回復を遅らせることがあるので使用しないことが望ましいです。特に、乳幼児や高齢者は、脱水や体力の消耗の予防のため、水分と栄養の補給を充分に行いましょう。脱水症状がひどい場合には病院で輸液を行うなどの治療が必要になります。



◆ 予防について

○ 石けんと流水でこまめに、ていねいに手洗いをしましょう。

○ 嘔吐物や糞便は適切に処理しましょう。

処理をする時には、使い捨ての手袋やマスクを着用し、換気しましょう。拭き取りに使用した布やペーパーはすぐにビニール袋に入れ、きちんと縛り、燃えるゴミとして処分しましょう。汚染した場所は0.1%次亜塩素酸ナトリウム消毒液で消毒しましょう。アルコールや次亜塩素酸水等は効果がありません。

○ 食品は中心温度85～90℃で90秒以上しっかり加熱しましょう。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方（台所用塩素系漂白剤5%を原液とした場合）

ペットボトルを使用して簡単に作れます！

500ml



汚染した衣類や床など汚染がひどい場所用（0.1%）

キャップ2杯の漂白剤＋水満杯

10



ドアノブや水道の蛇口など、皆が良く触る場所を予防的に清掃する時用（0.02%）

キャップ1杯の漂白剤＋水満杯