

ノロウイルスによる食中毒に注意しましょう!

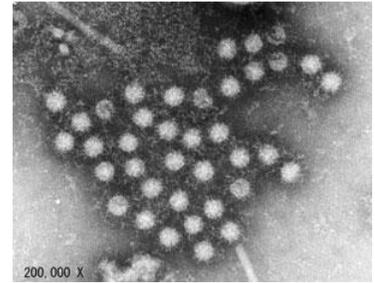
ノロウイルスとは?

- ☆冬季（11月から3月）の食中毒の主な病因物質
- ☆100個以下の少ないウイルス量でも発症する
- ☆食品中では増殖せず、人の腸管内でのみ増殖する
- ☆下痢等の症状がなくなっても、1週間程度はウイルスが排出される（長い場合は1ヶ月程度）

どんな症状が出るの?

- ☆おう吐
- ☆下痢、腹痛
- ☆発熱（38℃以下）

潜伏時間は24～48時間



ノロウイルス電子顕微鏡写真
提供：愛知県衛生研究所

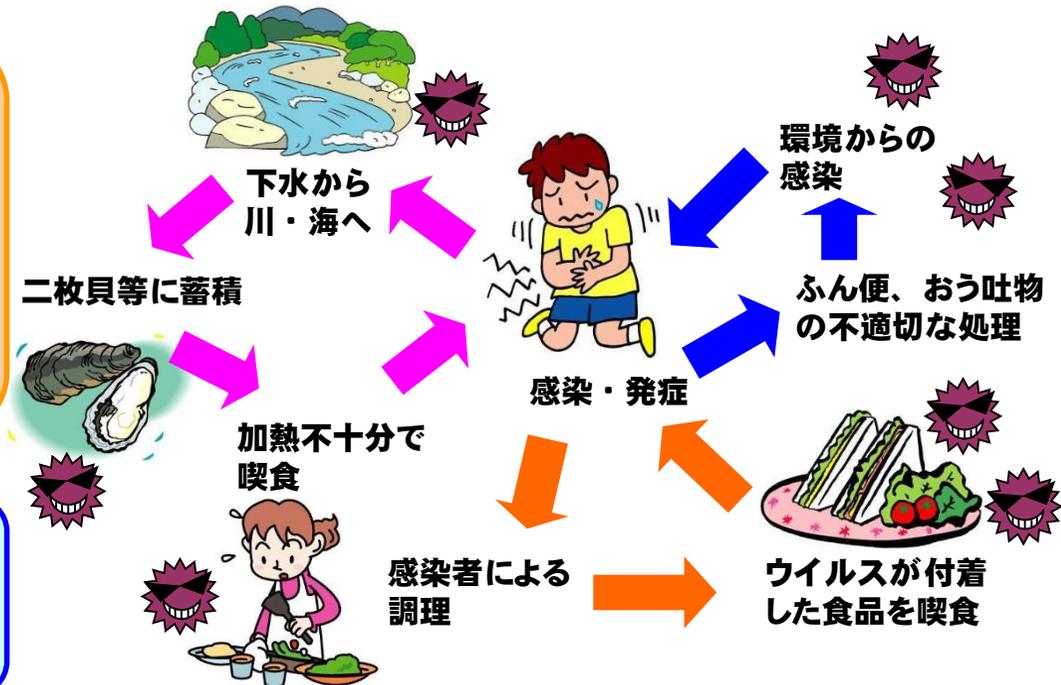
どうやって感染するの?

食中毒ルート

- ①食物 → 人
ノロウイルスに汚染された二枚貝（カキ・アサリ等）を加熱不十分で喫食したことによる感染
- ②人 → 食物 → 人
ノロウイルスに感染した調理従事者などを介して汚染された食品の喫食による感染

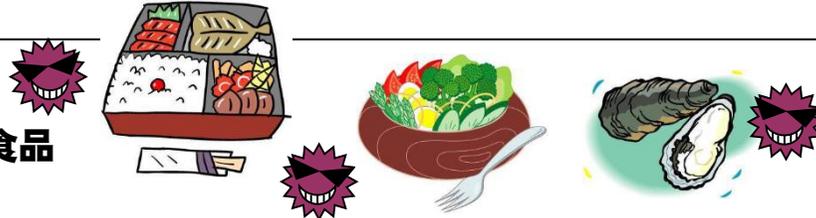
感染症ルート

- ③人 → 人
感染者のふん便やおう吐物の不適切な処理による感染



どんな食べ物が原因になるの？

- ☆仕出弁当などの複合調理食品
- ☆野菜サラダ、サンドイッチ、和え物などの未加熱で摂取する食品
- ☆二枚貝の生食



予防法は？

食品対策

- ☆生ものを食べることを極力避けましょう。
- ☆食品は中心部まで**85～90℃、90秒以上**加熱調理しましょう。

手洗い

- ☆ノロウイルスは、手を介して**人から人へ感染**するため、**手洗いが非常に重要です。**
- ☆**調理の前、食事の前、トイレの後**などは、**必ずせっけんで手をよく洗いましょう。**

「あわあわゴッシーのうた」で手を洗おう!
<http://www.pref.aichi.jp/0000022473.html>

衛生管理

- ☆調理器具は使用後、**次亜塩素酸ナトリウム**（塩素系漂白剤）や**熱湯**で消毒しましょう。

汚物処理

特に注意!

- ☆患者の汚物には**ウイルスが多量に含まれて**います。
（ふん便1g中に1億個以上、おう吐物1gに100万個以上!）
- ☆**ウイルスを飛散させないこと、周りを汚染させないことが重要です。**

- ①患者のおう吐物やふん便を片付けるときは、マスクと使い捨て手袋を使用しましょう。
- ②汚物はペーパータオルでふきとり、使ったペーパータオルは次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）溶液（塩素濃度1000ppm）に浸し、消毒しましょう。
- ③新しいペーパータオルに次亜塩素酸ナトリウム溶液（塩素濃度200ppm）を浸し、②でふきとった後を湿らすようにふきとり、使用後は、ビニール袋に入れ、密封して廃棄しましょう。

- ☆次亜塩素酸ナトリウム溶液の作り方
（市販されている塩素系漂白剤（濃度約5%）の場合）
 - ・塩素濃度1000ppm
10mL（ペットボトルのキャップ2杯）を水で希釈して500mLとします。
 - ・塩素濃度200ppm
2mL（ペットボトルのキャップの約半分）を水で希釈して500mLとします。

作った溶液は早めに使用しましょう。

食中毒かな?と思ったら最寄りの保健所にご連絡ください。

