

# いそファミ通信

2014. 2月号



毎年冬期に多いノロウイルス感染症ですが、今年は特にニュースでも話題になりましたよね。

ノロウイルスによる感染症は、乳幼児から高齢者に至る広い年齢層で急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。ノロウイルスは細胞の膜を持っておらず、アルコールや高温に対する抵抗性が強いことが特徴です。また、乾燥や酸にも強く、水中でも長時間生きることができる非常に厄介なウイルスなのです。そのため、感染力があり、しばしば集団感染を引き起こしてしまうのです。

潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間で、主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛であり、発熱は軽度です。通常、これら症状が1～2日続いた後、治癒します。ただし、免疫力の低下した人や乳幼児では長引くことがあり、激しい嘔吐や下痢による脱水症状に気をつける必要があります。

このウイルスの感染経路はほとんどが経口感染で、次のような感染経路があると考えられています。

1. 患者のノロウイルスが大量に含まれる便や吐ぶつから人の手などを介して二次感染した場合
2. 家庭や共同生活施設などヒト同士の接触する機会が多いところでヒトからヒトへ飛沫感染等直接感染する場合
3. 食品取扱者が感染しており、その者を介して汚染した食品を食べた場合
4. 汚染されていた二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合
5. ノロウイルスに汚染された井戸水や簡易水道を消毒不十分で摂取した場合

特に、食品取扱者を介して二次感染する食中毒のケースが近年増加傾向にあります。

## 予防法

- 食事の前やトイレの後などには、せっけんを使いしっかりと手を洗いましょう。
- タオルなど共用で使用するものを避けることも必要です。
- 下痢やおう吐等の症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。
- 食品中のウイルスは加熱により感染性をなくすことができます。食品の中心温度が85℃1分以上になるようにしっかりと熱を通して食べましょう。
- 便や吐物の処理をする時は素手で触らず、必ずビニール手袋を使用しましょう。汚物の消毒は市販の塩素系消毒剤（漂白剤）を希釈したものを使用してください。

下痢の症状がなくなったからといって安心してはいけません。患者の便にはしばらくウイルスの排出が続きます。患者の便や嘔吐物を処理する際には使い捨ての手袋を使用し、用便後や調理前の手洗いを徹底しましょう。

便や嘔吐物はペーパータオル等で取り除き、ビニール袋に入れてください。残った便や嘔吐物の上にペーパータオルをかぶせ、その上から50倍～100倍に薄めた市販の塩素系漂白剤を十分浸るように注ぎ、汚染場所を広げないようにペーパータオルでよく拭きましょう。

**ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、これが口に入って感染することがありますので、便や嘔吐物を乾燥させないことが重要です。**



いそむらファミリークリニック