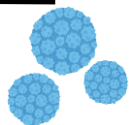


# 冬季はノロウイルスによる胃腸炎が流行します



## ○ノロウイルスによる胃腸炎はどのようなもの？

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に**冬季**に流行します。ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。ノロウイルスについては**ワクチンがなく**、また、治療は輸液などの対症療法に限られます。

## ○感染するとどんな症状になるの？

潜伏期間（感染から発症までの時間）は**24~48時間**で、主な症状は**吐き気、嘔吐、下痢、腹痛**であり、発熱は軽度です。通常、これらの症状が1~2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。

## ☆☆ 感染管理認定看護師からのアドバイス☆☆

### ノロウイルスを「もらわない」「拡げない」ために できること

#### ①手洗いの徹底

**アルコールは効果がありません！**

<手を洗うタイミング>

- ・調理前や食事前
- ・排泄やオムツ交換後
- ・嘔吐物処理後
- ・清掃後 など



#### ②食中毒の予防

- ・食品の十分な加熱  
(特に二枚貝などの場合は中心部 85℃~90℃で 90 秒以上)
- ・調理器具や調理台の洗浄と消毒
- ・調理職員の体調管理 など

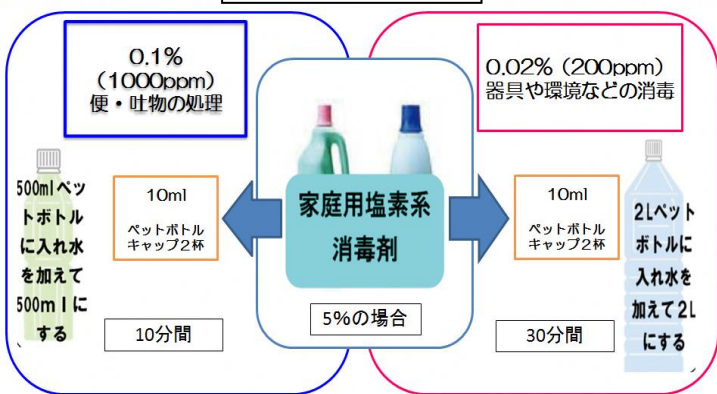
#### ③毎日の物品や環境の消毒

- ・手がよく触れる場所 ・トイレや汚物処理室
- ・手洗い場 ・共有物品 など

#### ④嘔吐物や排泄物の適切な処理

- ・手袋、マスク、エプロンの使用
- ・すばやく、汚染を最小限に処理するための「処理セット」の準備
- ・汚染環境やリネンの消毒 など

### 消毒薬の作り方



### 消毒薬使用時の注意

- ・防護具（手袋、エプロン等）を着用する。
- ・皮膚や衣服についた場合は、すぐに洗い流す。
- ・使用時は換気を行う。
- ・直射日光や高温になる場所で保管しない。
- ・ボトルには次亜塩素酸ナトリウムが入っていることを明記し誤飲などに注意する。
- ・スプレーボトルに入れて噴霧しない。
- ・他の洗剤類と混ぜない。
- ・必要に応じて仕上げに水拭きを行う。

**感染対策の基本は、標準予防策の徹底ですが、皆さん実践できていますか？**

(公立丹南病院 感染管理認定看護師 宮田 こす恵氏)

もっと詳しく知りたい方

ノロウイルスに関する Q&A

検索



内容へのご質問やご意見はこちらへ↓

【担当】 福井県丹南健康福祉センター 地域保健課

Tel(0778)51-0034 Fax(0778)51-7804

E-mail [t-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp](mailto:t-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp) 配信希望(停止)はメールでご連絡ください。