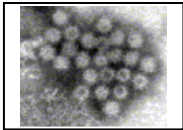


ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意を！

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。嘔吐と下痢を主体としたこの病気は、感染力が強く、簡単に周囲の人に感染してしまいます。正しい知識をもち、感染を予防しましょう。

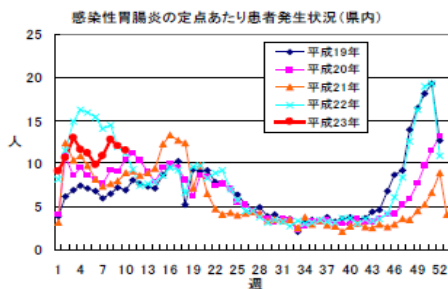
ノロウイルスに感染すると？



このウイルスは電子顕微鏡(写真左)でみなければはわからないほど小さなウイルスです。10～100個の少ない数のウイルスでも口にはいると感染するといわれています。ノロウイルスに感染すると、発熱・嘔吐・下痢などがみられ、通常は1～3日で回復する場合がありますが、ひどい嘔吐や下痢が続いた場合、脱水を起こすことがあります。早めに医師の診察を受けましょう。

症状には個人差があります。脱水に注意し、水分を少しずつ十分にとりましょう。

地域の発生状況を知り、早めに流行をキャッチしよう！



感染性胃腸炎の定点(県で指定した医療機関)あたり患者数は、ノロウイルス発生のバロメーターとなります。県内の発生情報や、発生推移の予測に下記のホームページを活用してください。

兵庫県感染症発生動向調査週報(感染性胃腸炎含む)の発生状況アドレス

<http://www.iphes.pref.hyogo.jp/kansen/infectdis.htm>

どのように感染するの？

この感染性胃腸炎の感染経路は**ほとんどが経口感染**(ウイルスが口から体内に入る感染)で、次の3つのルートが考えられます

- 1 汚染されていた食品を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合
- 2 食品を取り扱う人が感染して、その人を介して汚染された食品を食べた場合
- 3 感染した人のふん便や嘔吐物から人の手などを介して二次感染した場合

予防のポイントは？(ウイルスが口から体内に入るのを防ごう)

1 石けんと流水による手洗いを徹底しましょう(食中毒・感染症予防の基本)

外出から帰ったとき、トイレの後、食事の前は必ず洗いましょう
清潔なタオルで拭き取りましょう(タオルの共用はさける)

2 食品は十分加熱し、調理器具を消毒しましょう

まな板、包丁、ふきんは0.02%次亜塩素酸ナトリウムで30分浸し水洗いするか、熱湯消毒しましょう

3 吐物、便の処理を適切にしましょう

処理する時は、マスクと使い捨て手袋を着用し、できるだけ飛散させないようにペーパータオルなどで吐物、下痢便を拭き取ります。

汚染された便座や床は0.1%次亜塩素酸ナトリウムに浸したタオルなどで覆い、10分ほどおいてから水ぶきします。

汚染したオムツ、使い捨てペーパータオル、手袋等は、取り扱いに注意し、確実に密封して処分します。処理後の手洗いを忘れずにしましょう。



次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方(市販のハイター・ブリーチ(原液濃度5%)の場合)

| | | |
|---------|-----------------|----------------------|
| 濃度0.02% | 原液10ml+水2.5リットル | 調理器具、床、ドアノブ、便座、手すりなど |
| 濃度0.1% | 原液10ml+水500ml | 吐物や便が直接ついた所、衣類 |