



# ノロウイルス



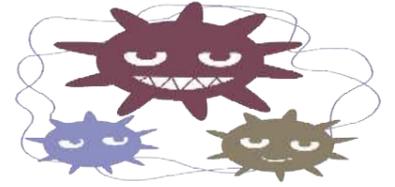
ノロウイルスは 1 年を通して発生しますが、特に 12 月から 2 月にかけて多く発生しています。わずかに 10~100 個のウイルス量で人に感染し、体内に入ると腸管で急激に増殖します。感染力が非常に強いのが特徴です。

発症すると

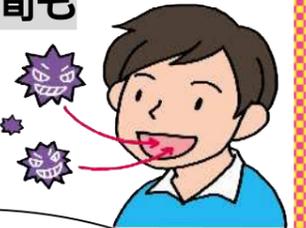
- ・嘔吐 ・発熱 (38 以下)
  - ・下痢 ・頭痛 ・腹痛 など
- 症状が軽い場合は軽い風邪のような症状がでます

→ 2~3 日で症状は快方へ

乳幼児や高齢者は重症化しやすいため  
特に注意が必要です。



症状が治まった後も 1~2 週間から 1 ヶ月間も便からウイルスの排出が続きます。



## 感染経路

- 人 食品 人：調理者の手を介して汚染された食品を食べた場合
- 食品 人：二枚貝などを加熱不十分で食べた場合
- 人 人：便や嘔吐物を処理した後、手についたウイルスが口に入ってしまった場合

ノロウイルスは主にカキなどの二枚貝の内臓部にたまりやすくなります

## 予防方法

手洗い

食品はしっかり加熱する



## 感染拡大予防対策

ノロウイルスは乾燥すると空気中に舞い上がり、口に入って感染を広げてしまうことがあります。

- ・手袋とマスクを着用
- ・蛇口やドアノブ、手すりなどの消毒

特に二枚貝はしっかりと中心部まで加熱調理 (85~90 で 90 秒以上) をしましょう。

調理器具の消毒

- ・調理台や包丁、まな板、食器類の洗浄、漂白または熱湯消毒



~汚れが残りやすいところ~

- ・指先 ・指の間 ・手のしわ ・手首
- ・親指の周り



最も重要で、効果的な予防方法は、「流水・石けんによる手洗い」です!!

ご不明な点や健康についてのご相談ある際はお気軽に本会までお問い合わせ下さい。



JA熊本厚生連健康管理センター

施設所長 栗津 雄一郎

TEL 096 (328) 1256 FAX 096 (328) 1229