

ノロウイルスを予防しましょう (感染性胃腸炎)



普段からのノロウイルス対策

1 手洗いをしましょう



★手洗い時の注意★



2 食事の注意

抵抗力の弱い子どもや、高齢者などは、汚染の恐れのある二枚貝等の食品は、中心部まで十分に火を通しましょう。

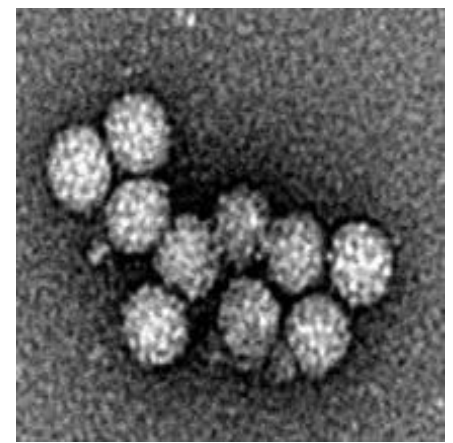


自分や家族がノロウイルスに感染した可能性がある場合の対策

1 おう吐物の処理・消毒方法

●おう吐物処理に必要な物品例

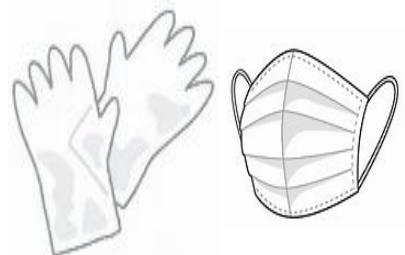
ペーパータオル、古い布、ゴミ袋、バケツ、使い捨てのマスク・手袋・ガウン、スリッパ、塩素系漂白剤、ペットボトル



(写真:顕微鏡で見たノロウイルス写真:国立感染症研究所)

●処理手順 おう吐物の中には大量のノロウイルスが排出されています。

①手袋、マスク、ガウンを着用する。
(全て使い捨て)



②0.1%の消毒液を作る。
※裏面参照



※(注意)作業時は窓を開けて換気すること
③おう吐物及びその周囲をペーパータオル・古布で覆い消毒液を浸す。
(10分後水拭き)

④外から内側に向けて、おう吐物を静かにぬぐい取る。

⑤ゴミを捨て、手洗い、うがいをする。



2 その他の消毒方法

●キッチン 調理器具、ふきん、スポンジ等
熱湯で消毒(85℃90秒以上)又は0.02%消毒液に浸す。

●調理
手や調理器具等からの食品汚染を防ぐため、手洗いや手袋の着用、器具の洗浄・消毒を徹底する。

●トイレ ドアノブ、水洗レバー、便座など
0.02%消毒液を浸したペーパータオル等で拭く。

●風呂
・下痢をしている人は、一番最後に入浴する。タオル、バスタオルは共用しない。
・風呂の水は毎日交換し、浴槽、床、洗面器、椅子等は毎日消毒する。

●衣類・リネン類
ウイルスが飛び散らないように静かにもみ洗いし、熱水洗濯(85℃1分以上)又は0.02%消毒液に浸す。

ノロウイルスに関する Q & A

Q 1 注意が必要な季節は？

A 県内での感染性胃腸炎の患者数は、毎年、12月中旬頃にピークとなる傾向があります。

Q 2 どのように感染する？

A 主な感染経路は3つです。

〔経口感染〕

〔接触感染〕

〔飛沫（ひまつ）感染〕



(1) 経口感染

ノロウイルスに汚染された食甚を加熱不十分で食べた場合に起こります。また、ノロウイルスに感染した人が調理することで、その人の手から食べ物にノロウイルスが付着し、それを食べることで二次的に感染します。

(2) 接触感染

感染者のふん便やおう吐物に直接接触して手や指にノロウイルスが付着することによって感染します。また、接触感染は、感染者が排便後に十分手を洗わずに触れたトイレのドアノブ等を介しても起こります。

(3) 飛沫感染

感染者のおう吐物が床に飛散した際等に、周囲にいてノロウイルスを含んだ飛沫を吸い込むことで感染します。

Q 3 感染したらどんな症状がでる？

A 潜伏期間	感染後24時間～48時間で発症
主な症状	吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽い熱、通常1～2日程度続く。感染しても症状が出ない、または非常に軽い（井がむかつく、おならが出やすい等）場合もある。
ウイルスの排出	感染すると、便やおう吐物中にウイルスが排出される。症状がない場合や回復後も1週間程度、便中に排出されるので周囲の人にうつさないよう注意が必要

Q 4 感染したかもしれないと思ったら？

A おう吐や下痢等が続く時は、脱水予防のため水分補給をして、医療機関に受診しましょう。

消毒液の作り方 ※塩素系漂白剤の希釈方法：原液濃度5～6%の場合

塩素系漂白剤の原液濃度によりも若干濃くなる場合があります。

おう吐物・ふん便が付いた場所、物の消毒用 (0.1%消毒液)



トイレのドアノブ、水洗レバー、便座、衣類、食器具等の消毒用 (0.02%消毒液)



- 使用上の注意点
- ・容器の「使用上の注意」を必ず確認する。
 - ・効果が弱まるため、作り置きはしない。
 - ・汚れが残っていると効果が弱くなるので、できるだけ汚れを取ってから使用する。
 - ・誤飲、誤使用を防止のため、希釈後の容器に「消毒液」等と記載しておく。

【参考】

兵庫県ホームページ 感染性胃腸炎（ノロウイルス等）について
URL： https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf16/hw12_000000035.html

【問い合わせ先】

加東健康福祉事務所 健康管理課 〒673-1431 加東市社町字西柿1075-2
TEL：0795-42-9436 FAX：0795-42-6228