

全国で患者急増中！

ノロウイルスは手洗いで防ぐ

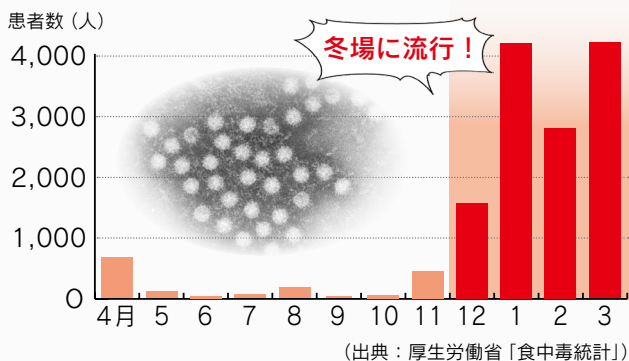
全国でノロウイルスによる食中毒患者が急増中です。

激しい腹痛とおう吐を引き起こすノロウイルス。

子どもや高齢者は脱水症状により死亡するケースも。

一番の対策である手洗いを中心にしっかりと対策を！

■平成27年度月別ノロウイルスによる食中毒患者数



🔴 Incubation period 潜伏期間は 24～48時間

感染してから発症までの潜伏期間は、24～48時間です。症状が出ていなくても、感染している可能性があります。

🔴 Symptom 発症すると 激しい腹痛・おう吐

発症すると「激しい腹痛」「激しいおう吐」「下痢」「発熱」が2～3日続きます。脱水症状が起きやすく、子どもや高齢者は特に注意が必要です。

🔴 Infection route 感染経路は 食べ物か人

ノロウイルスは少量のウイルスで感染し、症状が治まっても1週間～1カ月は便やおう吐物にウイルスが残ります。このため、集団感染も起きやすいウイルスです。

🚰 手洗いは、Hand washing
2度洗いが有効！

- ◆手洗いは、**石けん**を使い、**30秒**かけてしっかりと。**2度洗い**することでさらに高いウイルス除去効果。
- ◆「親指」「指先や爪の間」「指の間」「手首」「手のしわ」は汚れが残りやすいので特に丁寧に！
- ◆「外出後」「トイレ後」「汚物処理後」「調理前」「食事前」は必ず手を洗いましょう。

桂川東小学校 穴井 由貴 養護教諭

🛒 Norovirus measures 感染経路別ノロウイルス対策

最も有効な対策は**手洗い**です。また、普段から十分な休養とバランスのとれた食事をとり、ウイルスに負けない体づくりを心がけましょう！



感染経路 ① 食べ物 ↓ 人

ノロウイルスはカキやハマグリなどの二枚貝に蓄積されており、これらを加熱不十分で人が食べることで感染。



対策 食材は中心温度85℃以上で**Measures** 90秒以上加熱。調理器具は85℃以上の熱湯で煮沸消毒。また、塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)が消毒に有効。



感染経路 ② 人 ↓ 人

「感染者の便やおう吐物を触る」「空中に舞上がったウイルスを吸い込む」などで感染。トイレやドアノブ、タオルなどにも付着。

対策 汚物は、布やペーパータオルを使い、乾燥させないように外側から中心に向かって拭く。ここでも塩素系漂白剤が有効。**アルコール**消毒はほとんど効果がない。