

ノロウイルス感染症（食中毒）

ノロウイルス感染症は、①ウイルスに汚染された食物を食べて、②感染者が十分に手を洗わず調理した食物を食べて、③感染者の排泄物や吐物に触れた手指を通じて、④乾燥した排泄物や吐物から発生し空中を漂う飛沫（ウイルス）から等、ウイルスが体内に入ることによって起こる病気（感染性胃腸炎、食中毒）。冬に流行しやすく、社会福祉施設、職場や学校など集団生活の場で大規模な流行となることがあります。

このウイルスは人から人へ伝染する力（感染力）が非常に強く、少しのウイルス（100 個以下）でも感染がおこることから、雑草の森では、施設利用者の皆様に、次のような「ノロウイルスの施設侵入の予防策」と「患者発生時の感染拡大の予防策」の実践をお願いしています。

- ・**手洗い** ▶ 何より手洗いの徹底。排便後、調理や食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。
- ・**感染者の早期発見** ▶ 入所中に「ノロウイルス感染症かな？」と思ったら早めに医師の診断を。
- ・**感染者の参加自粛** ▶ 症状が治まった後も、感染から1～2週間は便からウイルスが排出されています。
- ・**消毒、洗浄** ▶ 感染者の吐物や排泄物を処理する際はマスクと手袋を着用し、汚染個所は次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤でも可）で消毒してください。アルコール消毒では効果がありません。

【市販の漂白剤（ハイター等：塩素濃度約5%）を利用した簡単な消毒液の作り方】（東京都感染症情報センターの資料より）

ドアノブなど物品の拭き取りに使用する場合（0.02%）▶ 2ℓのペットボトルの水に、原液10ml（ペットボトルのキャップ2杯）を入れる。

吐物や便等が付着した個所に使用する場合（0.1%）▶ 500mlのペットボトルの水に、原液10ml（ペットボトルのキャップ2杯）を入れる。

※ 次亜塩素酸ナトリウムは金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分程度たったら水拭きしましょう。また、塩素ガスを発生することがあるので、使用時は換気に心掛けましょう。

症 状

ノロウイルスに感染すると、「感染性胃腸炎（注1）」や「食中毒（注2）」を引き起こし、「吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、37℃台の発熱、頭痛、筋肉痛」などの症状（症状の程度には個人差があります）がみられ、乳幼児や高齢者は嘔吐や下痢による「脱水症状」を生じやすくなります。

通常、ノロウイルスの潜伏期間は1～2日。症状は1～2日程度で治まりますが、症状が治まった後も1～2週間は便からウイルスが排出されるため予防策の継続が不可欠です。

（注1）感染性胃腸炎とは、主にウイルスなどの微生物（ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなど）を原因とする胃腸炎の総称です。これらの胃腸炎は、症状のある期間が短く、特別な治療法がないことから、ウイルス検査を行わず、流行状況や症状から「感染性胃腸炎」と診断されることがあります。

（注2）食中毒とは、有毒な微生物（赤痢やO-157などの細菌、ノロウイルスなどのウイルス、カビ類などの真菌）や化学物質（ヒ素や農薬など）、自然毒（毒キノコやフグなど）などを含む飲食物を食べた結果生じる健康障害（嘔吐、下痢、腹痛、発熱など）です。

治 療

感染性胃腸炎や食中毒の症状が出たら（ノロウイルス感染症かなと思ったら）、早めに医師の診断を。

ノロウイルスを原因とする感染性胃腸炎に対する特別な治療法はありません。つらい症状を軽減するための処置（対症療法）を行います。脱水症状を生じやすいので補液（点滴注射）を行うことがあります。

嘔吐の症状がおさまったら少しずつ水分補給を。安静に努め、回復期には消化しやすい食事をとりましょう。

予 防 策

予防方法の基本は「手洗い」の徹底。ウイルスを増殖させず体内侵入を許さないこと。カキなどの二枚貝を調理するときは中心部まで十分に加熱（ウイルス死滅には中心温度85℃で1分以上の加熱が必要）しましょう。

お 願 い

利用者が、①入所中にノロウイルス感染症と診断されたとき（感染が疑われる場合も含む）、②退所後1週間以内に感染者が集団的に発生したときは、事務室（センター職員）まで速やかにご連絡ください。

センターでは、各室の空気の入換、トイレやドアノブ、手すり、水道の取っ手の消毒、寝具類の日光消毒などの感染予防策を実施し、次の入所団体（利用者）にも情報提供と注意喚起に努めます。