

厚生連診療所だより

11月号

ノロウイルス対策



▶ノロウイルス感染症とは◀

ノロウイルスが手指や食品などを介して経口感染し、乳幼児から高齢者までの幅広い年齢層で急性胃腸炎を引き起こすウイルス性の感染症です。
特に冬場に多く、11月頃から流行が始まり12月～2月にかけてピークを迎えます。

▶主な症状は◀

感染後、24～48時間で下痢、吐気、嘔吐、腹痛、発熱などの症状が出ます。通常3日以内に回復しますが、**ウイルスは感染後、1週間程度糞便中に排泄され続けます。**

予防方法



調理前やトイレの後は、石鹸で**しっかり手を洗いましょう。**
タオル類は共有せず、清潔なものを使用しましょう。
食品の生食はできるだけ避け（特に生カキや二枚貝）中心部まで十分加熱しましょう。感染症をなくすには食品の**中心温度85℃以上で1分間以上の加熱が必要です。**

便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれるため、処理の際には**手袋やマスク**を着用しましょう。

ノロウイルスはアルコール消毒では効果がないので、塩素系消毒剤の次亜塩素酸ナトリウム（市販の台所用漂白剤や哺乳瓶消毒剤）又は煮沸（85℃以上1分以上加熱）にて消毒しましょう。



尚、かかってしまった場合、下痢や嘔吐がひどいと脱水症状を起こすことがあるので、こまめに水分補給に努めるとともに**早めに医療機関を受診して下さい。**

<お気軽にお問合せ下さい！>

熊本県厚生連診療所

TEL:(096)328-1055

内線:2800

感染予防の基本は「手洗い」です！