

# ノロウイルス感染症について

岩手県県央保健所

## 〈家庭における注意点〉

- (1) 排便後、調理前、食事前には、石けんと流水による十分な手洗いを行う。
- (2) 食事を調理する場合、加熱が必要な食品は 85℃以上、1 分間以上で十分に加熱する。
- (3) 吐いた場合は、部屋の換気を十分に行ないながら、なるべくマスクやビニール手袋等を用いて片付け、嘔吐した場所を塩素系漂白剤で消毒する。
- (4) 嘔吐物や糞便などを片付けた用具は塩素系漂白剤で消毒し、雑巾類はビニール袋に入れて廃棄する。
- (5) 嘔吐、下痢等の症状がある場合には、早めに医療機関を受診する。

## 1》ノロウイルス感染症の症状・治療法について

### ①症状

主な症状は吐気、嘔吐及び下痢（軟便も含む）です。

通常は便に血液は混じりません。小児では嘔吐が多く、嘔吐・下痢は一日数回からひどい時には 10 回以上の時もあります。感染してから発病するまでの期間は数時間～数日であり、症状の持続期間も数時間～数日と短期間です。重症になって長期入院することはまずありませんが、ごくまれに嘔吐物を喉に詰まらせて窒息することがありますので注意してください。



### ②治療法

特効薬はありません。症状の持続期間は短いですが、その間に脱水にならないように、できる限り水分の補給をすること（場合によっては医療機関で点滴をすること）が大切です。抗生物質は効果がありませんし、下痢の期間を長びかせることがあるので、ノロウイルス感染症に対しては通常は使用しません。その他は吐気止めや整腸剤などの薬を使用する対症療法が一般的です。下痢が長びく場合には下痢止めの薬を投与することもあります。最初から用いるべきではありません。

## 2》予防方法

ノロウイルスにはワクチンもなく、その感染を防ぐことは簡単ではありません。そして、特に子どもや高齢者には簡単に感染して発病します。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」ですが、他にも様々な注意すべきことがあります。



## ①調理と配膳に関して

人によっては感染しても発病せずに、ノロウイルスを便から排出し続けている場合があります。保護者などの大人が知らないうちに子どもにノロウイルスを感染させてしまう可能性もあります。以下の注意点を守ってください。

- ・ 調理の前と後で流水・石けん（液体石けんが推奨されます）による手洗いをしっかりと行うこと。
- ・ 貝類をその内臓を含んだままで加熱調理する際には十分に加熱して調理し、貝類を調理したまな板や包丁はすぐに熱湯消毒すること。
- ・ 食事を配膳する際にも手洗いをすること。特に自分が下痢や吐気がある場合は必ず行うこと。

## ②嘔吐物・下痢便の処理

ノロウイルス感染症の場合、その嘔吐物や下痢便には、ノロウイルスが大量に含まれています。そしてわずかな量のウイルスが体の中に入っただけで、容易に感染します。また、ノロウイルスは塩素系の消毒剤（商品名：ピューラックス、ミルトンなど）や家庭用漂白剤（商品名：ハイター、ブリーチなど）でなければ効果的な消毒はできません。なお、これらの消毒剤・漂白剤の取り扱いには注意が必要です。

### ア) 処理

嘔吐物や下痢便の処理をする前に、まず処理にあたる人以外の方を遠ざけてください。処理の際に吸い込むと感染してしまうおそれのある飛沫が発生します。少なくとも他の人は3mは遠ざけてください。また、放っておくと感染が広がりますので、早く処理する必要があります。以下に処理の方法を記しておきます。

方法：マスク・手袋・エプロンをしっかりと着用し

（処理をする方の防御のため）、雑巾・タオル等で嘔吐物や下痢便をしっかりとふき取ってください。眼鏡をしていない場合は、ゴーグルなどで目を防御してください。ふき取った雑巾・タオルはビニール袋に入れて密封し、捨てることをお勧めします。ふき取りの際に飛沫が発生しますので、無防備な方々は絶対に近づけないでください。その後、うすめた塩素系消毒剤（次亜塩素酸ナトリウム 0.1%以上：家庭用漂白剤では50倍程度）で嘔吐物や下痢便のあった場所を中心に広めに消毒してください。



### イ) 汚れた衣類など

嘔吐物や下痢便などで汚れた衣類は大きな感染源です。そのまま洗濯機で他の衣類と一緒に洗うと、洗濯槽内にノロウイルスが付着するだけでなく、他の衣類にもウイルスが付着してしまいます。嘔吐物や下痢便で汚れた衣類は、マスクと手袋をした上でバケツやたらい等でまず水洗いし、更に塩素系消毒剤（次亜塩素酸ナトリウム 0.1%以上）で消毒します。いきなり洗濯機で洗うと、洗濯機がノロウイルスで汚染され、他の衣類にもウイルスが付着してしまいます。水洗いした箇所も塩素系消毒剤で消毒してください。