

ノロウイルスは、ノロくない!! 少量でも感染。



ノロウイルスは、みなさんご存じのとおり感染力が強い感染症です。

ノロウイルスで汚染された食品(二枚貝に多い)や手、物品・衣服を介して、または感染した人の嘔吐物・下痢便の処理時にもウイルスを含んだ埃などを吸い込み 10~100 個程度のウイルスが体内に入ることによって感染。突然の嘔吐・下痢・腹痛などの症状を起こします。そして感染した人の便や嘔吐物の中に、ノロウイルスが検出され急性期(一番症状が強いとき)には 1g の便の中に 1 億個以上、1g の嘔吐物の中に 100 万個以上のウイルスが存在するとも言われています。ですからノロなんて名前に似つかわしく、アツという間に感染する人が増えていきます。また、下痢・嘔吐の症状が消失した後も、1 週間~10 日(長いと 1 か月)少量のウイルスが便から排出していることがあります。従って、症状がなくなっても手洗いを行い衛生管理に努める必要があります。



《特徴》

ノロウイルスは、低温の乾燥した環境下でも長期間生存が可能です。ですから、冬の時期に流行しやすいのです。20℃で 20 日間、4℃だと 60 日間生存できると言われています。従って、汚物の処理がしっかり行えていないと二次感染が起こりやすいのも特徴です。



《治療》

有効な薬はなく、脱水予防のための経口補液か点滴による対症療法が中心になります。幼児や高齢者、免疫力が弱い人の場合は脱水と嘔吐物による窒息に注意が必要です。

《予防するためには》

- ①食中毒を防ぐためには、加熱が必要な食品(二枚貝)は中心部分までしっかり加熱する。
85℃1 分間以上は加熱しましょう。
- ②調理器具は、殺菌・消毒を行う。
0.02%次亜塩素酸ナトリウム(ハイターやミルトン)で消毒を行うか、熱湯(85℃以上)による消毒も有効です。
- ③排泄後、調理前の手洗いをしっかり行う。



ポイント

- ・手洗いは頻回に行いましょう
- ・野菜・果物も生ものなのでよく洗う、二枚貝は加熱して!!
- ・消毒で使用するのは、塩素系消毒薬(ハイターやミルトン)
※酸素系消毒薬は、効果なし。使用前に確認を。

基本的なことばかりですが、起きてしまったからの対処よりも日頃からの衛生管理が重要ですね。毎年、発生するので事前に備えておくことも大切です。