



ノロウイルスについて

北からの便りの季節風が吹き始め、ノロウイルス食中毒の発生が増加し始める季節になりました。
 ノロウイルスに感染すると、症状が回復しても2週間から1カ月程度は、ふん便中にウイルスを排出するとされています。一般に、ノロウイルスの活性は低温ほど安定し、これが冬にノロウイルスが流行する要因の一つとなっています。



1 主な特徴	①とても小さい・直径約35~40nm ※1nm(ナノメートル)は100万分の1mm ②宿主(ヒト)の体内(小腸上皮細胞)のみで増殖する ③自然界での抵抗力が強い ④症状消失後もウイルスを排出する
2 潜伏期間	24~48時間
3 主な症状	下痢、嘔吐、発熱、吐き気、腹痛で、発熱は一般的に軽度(37~38℃)
4 感染経路	基本的に経口感染 ①食品・水媒介感染・・・ウイルスに汚染された食品(牡蠣などの二枚貝)や水を、生または加熱不十分の状態で摂取することで感染。 ②接触感染・・・感染した人のふん便や嘔吐物に触れたり、ウイルスに汚染されたドアノブ等に触れた手指からの経口感染。 ③飛沫・塵埃感染・・・患者の嘔吐物が飛び散り、ウイルスを含んだ飛沫、塵埃等の経口感染。
5 有効な薬剤	・ふん便、嘔吐物等の処理には、次亜塩素酸ナトリウム(1000~5000ppm) ・施設の日常的清掃には、次亜塩素酸ナトリウム(200ppm程度) ・手洗いには、アルコール類、酸性電解水等その効果が確認された消毒剤等

ウイルスに感染しても、症状が出ない場合があります。これを不顕性感染といいます。本人はノロウイルスに感染している自覚がないのですが、その「ふん便や嘔吐物」のなかには無数のノロウイルスが存在しています。そして知らないうちにウイルスが手指に付着し、食品やドアノブ等を汚染してしまいます。自然界での抵抗力が強いため、一度環境が汚染されると、なかなか不活化されず、感染源になってしまいます。



調理従事者自らが不顕性感染者である可能性を自覚し、感染の防止に努めましょう。

【ノロウイルス食中毒予防4原則】

- 【1】持ち込まない ・調理従事者の健康管理
- 【2】拡げない ・効果的な手洗い(「ハンドソープによるもみ洗いを10秒行った後、流水で15秒洗い流すこと」を2回繰り返す方法)の徹底
 ・施設内(冷蔵庫の取っ手、トイレのドアノブ等)の定期的な清掃・消毒
 ・嘔吐物の適切な処理
- 【3】加熱する ・食品の適切な加熱(中心温度85~90℃で90秒以上の加熱)の実施
- 【4】つけない ・配膳前の効果的な手洗いの徹底
 ・使い捨て手袋やマスクの正しい着用
 ・調理器具の定期的な洗浄・消毒

