



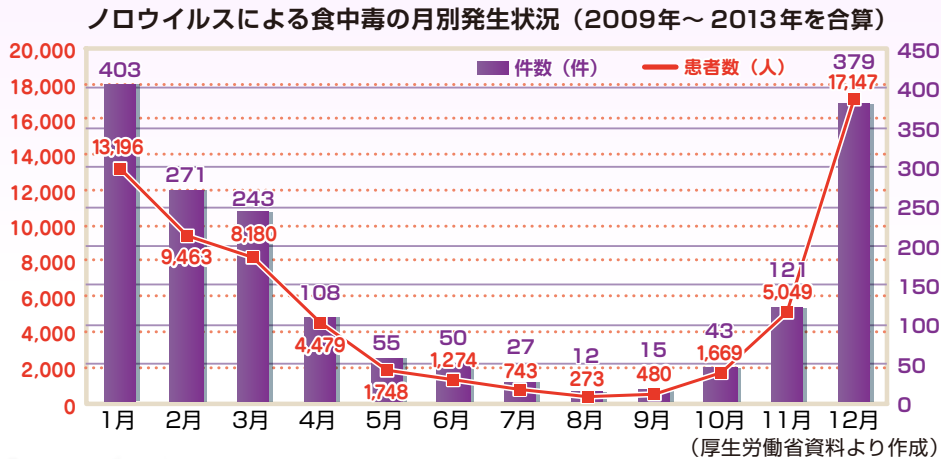
# ノロウイルスの感染をひろげない①

ノロウイルスは感染力が強く、食品を介するばかりでなく、ヒトからヒト、汚物（糞便や嘔吐物等）への接触、空気中に漂う飛沫からの感染でも被害がひろがります。ノロウイルスの感染をひろげないためには、どのようなことに注意したらよいでしょうか？

## 秋から早春はノロウイルスに要注意

ノロウイルス食中毒の発生が多発する時期は11月～4月です。

過去5年間の全国の発生状況を見ると、以下のグラフのとおりです。



### なぜ冬に多いのか？

ノロウイルスによる食中毒、感染性胃腸炎が冬季に多発する要因は明らかではありません。

体外に排出されたノロウイルスは乾燥に強く、温度が低いと長期間生存できることが、冬季に多発する要因のひとつだと考えられています。

## ノロウイルスによる食中毒と感染性胃腸炎

ノロウイルスによる食中毒は、感染者の排便時、あるいは感染者の嘔吐物処理時やおむつ替え時などにノロウイルスが手指につき、その手で食品あるいは調理器具等にウイルスを付着させることにより起きる場合が多く見られます。これが、現在のノロウイルス食中毒の原因の80%程度を占めています。

一方、ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、ノロウイルス感染者が排出したウイルスが手に付いて、トイレのレバー、ドアのノブ、机などを汚染することにより、周りの人の手にウイルスが付き、口に入ることが原因となります。よって、ノロウイルスによる食中毒と感染性胃腸炎の発生には、相互に関連性があります。

## 二枚貝による食中毒

患者の糞便や嘔吐物とともに排出されたノロウイルスは、便器等から下水を経て下水処理場に到着し、濾過、塩素消毒を受けますが、ここで完全に除去できなかった一部のウイルスが、河川水や海水を汚染します。

二枚貝（カキ、シジミ、アサリ、ハマグリ等）は餌として海水中のプランクトンを食べるため、海水を大量に吸引します。その際にウイルスも一緒に体内に取り込んで、内臓部にウイルスが蓄積されてしまいます。十分な加熱でウイルスは死滅しますが、このような二枚貝を生あるいは加熱不足で食べると食中毒になります。以前は、この原因による食中毒が多く見られましたが、現在では15%程度にまで減少しています。

## ノロウイルスの特徴

- 非常に小さく（直径100万分の38ミリ）、球形をしています。
- 感染力が強く、10個～100個程度でも口に入ると感染・発病します。また、乾燥した「嘔吐物」がほこりやちりと一緒に宙に舞ったものを吸い込んで感染する可能性があります。
- 感染者の急性期の糞便や嘔吐物中に大量に排出され（1gあたり $10^4 \sim 10^8$ 個程度）、ウイルスの排出は10日間程度続きます。

# ノロウイルスの感染をひろげない②

## 「疑わしいな」と思ったらただちに医療機関で受診する

下痢、嘔吐、発熱等の症状が児童生徒に出たときは、ただちに医療機関で受診する必要があります。医師の指導に従い、流行をひろげないようにします。

## 元気だと思っても油断は大敵 症状の出ない「不顕性感染」

感染しても下痢、嘔吐、発熱等の症状が出ない状態を「不顕性感染」と言います。この「不顕性感染者」は、症状は出ませんが、**患者と同様に大量のウイルスを排出**していることがあります。この不顕性感染者のノロウイルスがついた手を介して感染する事例が見られます。**手に付着したウイルスは、正しい手洗いで大幅に減少**させることができますが、ノロウイルスは細菌に比べて100分の1程度の大きさで、手の皺の奥に入るので、丁寧に、確実な手洗いをする必要があります。

日頃から正しい手洗いを徹底することで、予防と感染の拡大防止が可能となります。

## 「嘔吐物」は、すばやく処理する

感染者の「嘔吐物」を放置すると、**その飛沫が乾燥して宙に舞うことで、二次感染につながります**。感染をひろげないためには、「嘔吐物」が乾燥する前に、すばやく適切な処理を行う必要があります。

→ 嘔吐物の処理方法：教材カード 平成25年1月号

**必ず予行演習を行い、いざというときに、すぐに対応できるようにしておきましょう。**

また、感染性胃腸炎患者が見られた時には、トイレの便器、レバー、ドアノブ、机など、多くの人の手が触れるところに塩素消毒（200ppm）を行います。

なお、教材カード平成25年1月号の内容に、注意すべき点として以下の補足をします。

- ① 使い捨ての靴カバーを着用すること。（30センチ程度のビニール袋の開封部をひもで結ぶなどによる代用も可能）
- ② 使い捨て手袋は二重に装着すること。
- ③ 作業時にはひざを床につけてしまうことが多いので、エプロンなどの防護具が短く、ひざがカバーできていない場合、ひざからの汚染に気をつけること。

## 治ったと思っても注意が必要！人にうつさないためにも手を洗う

ノロウイルスは、感染してから症状が出るまでに1日～2日かかります。また、症状が治っても10日間程度はウイルスが排出され、人にうつる可能性があります。正しい手洗いで人にうつす危険を大きく減らすことができます。

発病後から10日間程度は正しい手洗いを徹底し、感染をひろげないようにしましょう。

手洗いのタイミングは

- \* 食事前（予防）
- \* トイレのあと（予防と人にうつさない）
- \* 帰宅後（予防）の**三つ**です。

→ 正しい手あらいを身につけよう：教材カード 平成25年12月号

また、症状が治っても、登校してよいかどうかは、医師の指示に従う必要があります。