

心配に思ったら・・・
早めにかかりつけの
医療機関を受診しましょう。
安静・休養・睡眠を十分にとり
水分補給を忘れずに。

病院・診療所名



株式会社 タウンズ

お子様のいるご家庭へ
ノロウイルスって
なあに？



監修：東京医科大学 微生物学講座 教授 大楠 清文 先生

01 ノロウイルス とは？

ノロウイルスは、食中毒の原因としても知られている病原体のひとつで、感染すると感染性胃腸炎を起こします。一年を通して発生しますが、とくに冬季（11月～2月）に流行します。

ノロウイルスは、ヒトの手や指、また食べ物などを介して口から感染し、およそ24～48時間の潜伏期間を経て発症します。

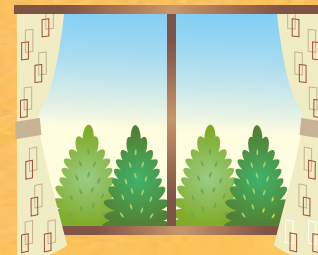
感染力の強いウイルスであり、感染者のふん便やおう吐物の中には大量のウイルスが含まれているため、そこから感染が拡がることもあります（二次感染）。

ノロウイルスは少ないウイルス量でも感染を起こすため、厄介なウイルスと言えるでしょう。



02 ノロウイルス 感染症の症状は？

ノロウイルス感染症の主な症状は、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽微な発熱ですが、感染しても症状の出ない場合や、軽い風邪のような症状のこともあります。



通常は、症状が1～2日続いた後によくなり、後遺症はありませんが、小さなお子さんやお年寄りでは、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも注意が必要です。



03 ノロウイルス 感染症の診断法

ノロウイルス感染症の診断は、通常の場合、患者さんの症状や周囲の感染状況から、総合的に原因と推定して診療されていますが、症状からだけではノロウイルスが原因と特定することは難しいため、患者さんのふん便やおう吐物から、検査によりノロウイルスを検出することが、より確実と考えられます。

ノロウイルスの検査にはいくつかの方法がありますが、最近では、患者さんの便から簡単に検査できる迅速診断キットが、診断の補助として広く使われています。



04 ノロウイルス 感染症の治療

現在、ノロウイルスに効くお薬はありません。おう吐や下痢による脱水症状を起こさないための水分補給と、栄養の補給も充分に行いましょう。症状がひどい場合には、病院で点滴などの治療を行うこともあります。とくに、小さなお子さんやお年寄りには注意が必要です。心配な場合は早めに医師に相談しましょう。

止しゃ薬（下痢止め）は、病気の回復を遅らせることがあるため、基本的に使用しないことが望ましいといわれています。



05 ノロウイルス感染の予防



食品中のノロウイルスは、充分な加熱（中心温度が85℃以上で1分以上の加熱）により感染性をなくすことが可能です。手指に付いてしまったノロウイルスを減らすには、手洗いが最も効果的です。食品を扱う前や食事前、トイレの後には、石けんを使い、しっかりと洗いましょう。

感染者のふん便やおう吐物を処理する際には、必ず、使い捨てマスク、手袋、ガウンなどを着用してください。

06 ノロウイルス感染を拡げないために

感染者のふん便やおう吐物はもとより、使用した食器や衣服、感染者が触れたドアノブや日用品、カーテンなどにウイルスが付着した場合も感染源となるおそれがあるため、二次感染を防ぐための処置が必要です。

感染者のおう吐物は、使い捨てのマスクや手袋、ガウンなどを着用した上で、ペーパータオルなどで静かにふき取り、塩素系消毒剤にて消毒後（注1）、水拭きしてください。

ふき取ったおう吐物や使用したマスクや手袋、また使用後のおむつなどは、ビニール袋などに密封して廃棄してください。

また、塩素系消毒剤に浸すことも効果的です（注1）。

ノロウイルスは乾燥に強く、ふん便やおう吐物が乾いて空気中に舞い上がり、感染源となることもあります。そのため、できるだけ速やかに処理することが大切です。

感染者が使用した食器や衣服は、速やかに塩素系消毒剤に浸し、その後よく水洗いしてください。また、感染者が触れたドアノブや日用品なども、塩素系消毒剤でふき取るとよいでしょう（注2）。

下痢などの症状がなくなっても、通常では1週間程度、長いときには1ヶ月ほどウイルスの排泄が続き、感染源となることがあるため、症状が改善した後も、しばらくの間は注意が必要です。とくに、食品を扱う場合は、食中毒の原因となるおそれがあります。

●塩素系消毒剤の調製方法（注1&注2）

塩素系消毒剤は製品ごとに濃度が異なるので、表示をしっかりと確認してください。次亜塩素酸ナトリウムを含む家庭用の塩素系漂白剤も使用できます。



次亜塩素酸ナトリウム濃度	おう吐物などの廃棄 使用した手袋などの消毒 1,000ppmの塩素系消毒剤(注1)		食器、衣服、カーテンなどの消毒 ドアノブ、日用品などのふき取り 200ppmの塩素系消毒剤(注2)	
	消毒剤の量	水の量	消毒剤の量	水の量
1%	300mL	3L	60mL	3L
6%	50mL	3L	10mL	3L
12%	25mL	3L	5mL	3L

- ▶おう吐物などの酸性のものに直接原液をかけると、有毒ガスが発生することがありますので、必ず「使用上の注意」をよく確認してから使用してください。
- ▶ドアノブなど金属製の場合は、塩素系消毒剤によって腐食することがありますので、消毒後は十分に薬剤をふき取りましょう。
- ▶消毒液を保管しなければならぬ場合は、消毒液の入った容器は、誤って飲むことがないように、消毒液であることをはっきりと明記して保管してください。