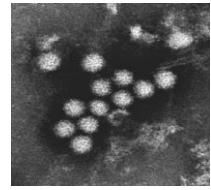


# ノロウイルス等による感染性胃腸炎について

## 1 感染性胃腸炎って何？

ノロウイルスは、ウイルスの中でも小さく、球形をしたウイルスで、世界中に広く分布しており、感染した場合、急性胃腸炎を引き起こします。

このウイルスは、人から人に感染することで感染性胃腸炎の原因になるほか、ウイルスに汚染された食品を食べて感染することから食中毒の原因にもなります。



## 2 どうやって感染するの？

ノロウイルスの感染力は強く、感染経路は、ほとんどが経口感染（ウイルスが口から入って感染すること）で、次のように感染すると考えられています。

- ① 家庭や共同生活施設などで、人と人が接触する機会が多いところで直接感染したり、患者のふん便や吐きつから人の手などを介して二次感染した場合
- ② 食品を取扱う者が感染しており、その人の手指を介して汚染された食品を食べた場合
- ③ 汚染された二枚貝を生あるいは十分に加熱しないで食べた場合

※このウイルスは下痢などの症状がなくなっても、通常1週間程度、長いときには1ヶ月程度、ふん便の中にウイルスの排泄が続くことがあるので、症状が改善した後も注意が必要です。

## 3 感染性胃腸炎はどんな特徴があるの？

感染力が強い	ノロウイルスは、感染力が非常に強く、10～100個でも感染が成立します。
免疫が得られない	ウイルスには多くの型があるので、免疫ができたとしても持続的な免疫は得られません。
症状がなくなってもウイルスを排出	症状消失後、1～2週間ほど、長くて1ヶ月は便からウイルスを排出します。

## 4 どんな症状になるの？

- 潜伏期間（感染から発症までの時間）は通常24～48時間です。
- 主な症状は吐き気、おう吐、下痢、腹痛で発熱は軽度です。これらの症状が1～2日続いた後に回復し、後遺症もありません。  
※幼児や高齢者では重症化することもあります（脱水や誤嚥性肺炎など）
- 感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。  
（参考文献：北海道パンフレット「ノロウイルスによる感染性胃腸炎を予防しましょう」）

## 5 保健所はどのような対応をするのですか？

- 以下の場合、集団感染の可能性があるため、施設長から保健所へ報告をすることとされています（H17.2.22付厚労省健発第0222002号）。
  - ① 感染性胃腸炎が疑われる者が、施設の利用者や職員から10名以上または全利用者・職員の半数以上発生した場合
  - ② 上記①に該当しない場合であっても、通常の発生動向を上回る患者の発生が疑われ、特に施設長が報告を必要と認めた場合
- 保健所では、施設からの報告を受けて、地域へのまん延の恐れがある場合や患者が重症な場合など必要があると認めるときは、保健所長の判断により「感染症法（第15条）」に基づいて、調査を実施します。また、感染拡大防止のための指導を行います。
- 必要に応じて、症状がある方の健康調査や検便のお願いをすることがありますので、御協力をお願いします。なお、保健所で行う検査は、集団感染の原因究明のために実施することから、検査結果の個別通知や診断書の発行などは行っておりませんのでご了承下さい。

## 6 手洗いについて







参考文献：「保健所における病原性大腸菌関連保健指導要領

- 調理や食事の前やトイレの後は、石鹸を用い、流水でよく手を洗い、消毒用アルコールなどを使って消毒してください。症状のある方とタオルの共用は避け、なるべく使い捨てのペーパータオルを使って下さい。
- 石けん自体はノロウイルスの感染力を失わせることはできませんが、手の脂肪等の汚れを落とすことにより、ウイルスを手指からはがれやすくします。
- 手洗いは、トイレの後、外出後、調理の前、食事の前後、症状のある方のお世話をした後、特に念入りに行ってください。

## 7 吐物処理、消毒の方法

### 家庭でできる効果のある消毒・消毒液の作り方

消毒用エタノールや逆性石けんはノロウイルスの感染力を失わせる効果がありません。次亜塩素酸ナトリウム（家庭用塩素系漂白剤）や加熱が効果的です。

濃度	希釈液の作り方	使用方法
<b>50倍</b> 0.1% (1,000ppm)	①水道水 500 ml (500cc ペットボトル 1 本分)  ②塩素系漂白剤 10ml (ペットボトルのフタ 2 杯分)  	吐物や便が付着した床、衣類、トイレなどの消毒
<b>100倍</b> 0.05% (500ppm)	①水道水 500 ml (500cc ペットボトル 1 本分)  ②塩素系漂白剤 5ml (ペットボトルのフタ 1 杯分)  	おもちゃ、調理器具・床、トイレのドアノブ、便座など直接手で触れる部分などの消毒

### 塩素系消毒薬を使う時の注意

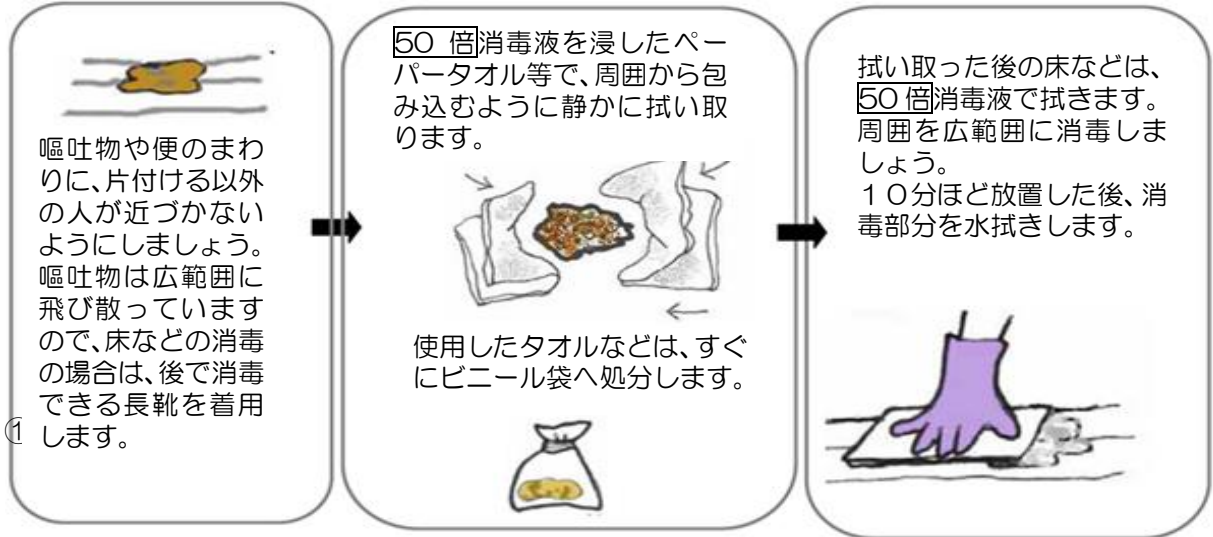
- 噴霧（乾燥してしまう可能性がある）はしないで、布を浸して絞り拭き取ってください。
- ただし、金属（鉄製やメッキ）を腐食（サビたり変色）させてしまうため、金属部分に使用した場合は10分ほどたったら水拭きをして下さい。
- 皮膚につけたり、眼に入ったりしないように気をつけて下さい。
- 衣服類は、色落ちすることがあります。
- 十分換気しましょう。
- 酸性の薬剤（強酸性のトイレ洗浄剤等）と一緒に使用すると強毒のガスを発生します。
- 長期保存していると薬品濃度が低下するので、早めに使用して下さい。
- 冷暗所で子供の手の届かないところに保管して下さい。

## 消毒の範囲

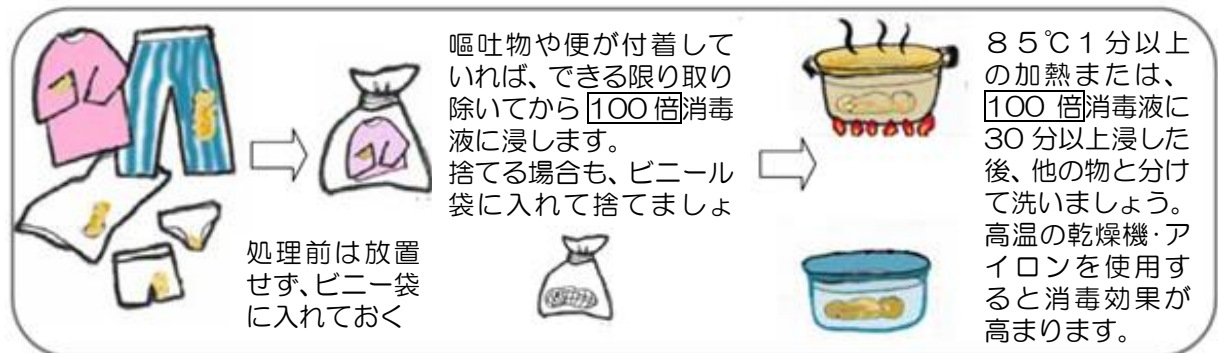
感染を広げないために、便や吐物、汚れた物は適切に処理しましょう！！

### ① 嘔ん便や吐びつに汚染された場所：

- 使い捨てのエプロンや手袋・マスクを着用し、汚物中のウイルスが飛び散らないように、ペーパータオルや新聞紙で静かに拭き取ります。
- マスクは汚物からウイルスが浮遊するため、ウイルスを吸い込むことと、汚染された手で不用意に口元を触ってしまうことの防止のために装着します。



### ② リネン類：（扱うときはマスク・手袋着用）



### ③ 多数の人が触れる手すりやドアノブ：

- 50倍消毒液で浸すように拭き取り、その後水拭きをします。



### ④ じゅうたん等：

- 85℃1分以上、スチームアイロンをかけます。

### ⑤ 拭き取りに使用したペーパータオル等：

- ビニール袋に密閉して廃棄します。この際、ビニール袋に廃棄物が十分に浸る量の50倍消毒液を入れることが望ましいです。
- ノロウイルスは乾燥すると容易に空中にたどよい、これが口に入って感染することがあるので、消毒後はウイルスが屋外に出て行くよう換気を十分に行い、使用したペーパータオル等は放置、乾燥させないことが重要です。

## 8 生活で気をつけたいこと、Q&A

### Q：入浴はどうするの？

→患者さんは、できるだけ浴槽につからず、シャワー又はかけ湯を使いましょう。浴槽に入る際には、ほんの人と一緒に入浴することを避ける必要があります。特に患者の使用後に乳幼児を入浴させないようにしましょう。またお風呂の水は毎日換え、使用後の浴槽は流水と石けんで十分に洗い流して下さい。ベビーバスも毎回ていねいに洗い最後に熱湯をかけておいて下さい。バスタオルの共用はしないで下さい。

### Q：プール、温泉などは患者と一緒に入っても大丈夫なの？

→大腸菌は塩素に弱く、公用プール、温泉、公衆浴場は消毒などの安全管理の対象となっており、周囲が過剰に心配される必要はありません。家庭用のビニールプールなどを使用する場合は、他の乳幼児との使用は避け、使うごとに水を交換して下さい。

### Q：おむつの処理は？

→紙おむつは、便を落とした後、しっかり封をして処理して下さい。  
→布おむつは、便をトイレに捨て、汚れを水ですすいで落とします。すすいだ汚水はトイレに捨てて下さい。

### Q：食器類も消毒しなければならないですか？

→食器は、普段どおり洗剤と流水で洗浄して下さい。  
→まな板などの調理器具はこまめに消毒しましょう。  
ウイルスが調理器具に付いていると、食品を汚染してしまい、食中毒の原因になります。つけおきする容器より消毒しようとする物が大きい場合は、30分間、0.05%消毒液に浸した後ひっくり返すか、調整した消毒液を染みこませたタオルで覆うなどして、全体を消毒するようにしましょう。  
→患者さんがいる家庭では、病気が治るまでの間、野菜を含め食品全てに十分な加熱を行い、調理した食品を直接手で触れないように注意して下さい。また、食品を扱う場合は、手や調理器具を流水で十分に洗って下さい。生肉が触れたまな板、包丁、食器などは熱湯などで十分消毒し手も洗って下さい。75℃以上1分間の加熱で菌は死滅するので、調理の際には十分な加熱と共に調理した食品はすみやかに食べて下さい。

ご不明な点は、お気軽にお問い合わせ下さい。

#### ■問い合わせ先■

留萌保健所健康推進課

電話0164-42-8327（平日 8:45~17:30）

