

防ごう！ ノロウイルス感染

平成19年12月
あっとほ一むだんらん

ノロウイルスは、冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。感染力が非常に強く、ごく少量のウイルスでも口から体内に入ることによって感染します。特に乳幼児や高齢者、症状が重くなることがあります。

■ 感染経路

ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染します。
感染した人のふん便やおう吐物を介して、他の人へ感染します。



■ 感染したときの症状

感染後、24～48時間で、吐き気、おう吐、発熱、腹痛、下痢などの症状が現れます。
症状は1日～3日程度で治まりますが、ウイルスは1週間程度ふん便とともに排出されます。

■ あっとほ一むだんらんでの予防策

手洗い、うがいを徹底しています。
利用者及び職員の健康管理を行っています。
汚物処理方法の徹底（マスク、手袋の着用等）をしています。
器具の洗浄、消毒を行っています。



■ 家庭でもできる予防策

1. 手洗いが大事！

外出後、トイレに行った後、食事の前などは必ず手を洗いましょう。

石けんを使い十分にこすり洗いし、水で洗い流すことにより、ウイルスは大幅に減少します。こすり洗いは30秒を目安に行いましょう。

2. 身の回りの物の消毒

調理器具、シンク、ふきん等は熱湯で消毒（85℃で1分間以上）しましょう。

トイレはノロウイルスの汚染率が高い場所です。平常時から便器、ドアノブ、床を洗浄、消毒を行いましょう。

3. 日常の健康管理

ノロウイルスの感染や感染拡大を防止するためには、日ごろの健康管理が大切です。自身だけではなく、家族や周りの方の健康状態を確認し、感染予防を行いましょう。