

保健室だより

平成 24 年 12 月発行
大正大学 保健室

今月は、『ノロウイルス感染症』について特集します。

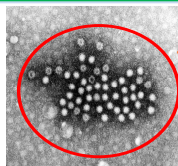
感染性胃腸炎は冬季に流行する代表的な感染症です。特にノロウイルスを原因とする場合、学校や社会福祉施設など、集団生活の場で大規模な流行となることがあり注意が必要です。ノロウイルス感染症に関する正しい知識と予防対策について理解を深めましょう。

●ノロウイルス感染症とは

ノロウイルスによる感染症は、「**感染性胃腸炎**」の一つで、多くは軽症に経過する疾患です。1 年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。

ノロウイルスは、100 個以下の少ない量でも感染が成立する、感染力の強いウイルスです。症状がある人の便や吐物には、**大量のノロウイルス（便 1 g 中に 1 億個以上、吐物 1 g 中に 100 万個以上）**が含まれていますので、二次感染にも十分な注意が必要です。

●ノロウイルス感染症の症状



ノロウイルスの
電子顕微鏡写真
(撮影：微生物部
ウイルス研究科)

潜伏期間
1～2 日

- 嘔気・嘔吐
- 下痢
- 腹痛
- 発熱(37℃台)
- 頭痛など

症状の程度には、個人差があります。

回復
2～3 日

二次感染
に注意！

回復後も、1～2 週間
程度、便の中にウイル
スが排出される可能
性があります。

●ノロウイルスの感染経路

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、「**人から人への感染**」と、「**汚染した食品を介しておこる食中毒**」に分けられ、次のような感染経路があります。

1. 感染した人の便や吐物に触れた手指を介して、ノロウイルスが口に入った場合
2. 便や吐物が乾燥して、細かな塵と舞い上がり、その塵と一緒にウイルスを体内に取り込んだ場合
3. 感染した人が十分に手を洗わず、調理した食品を食べた場合
4. ノロウイルスを内臓に取り込んだカキやシジミなどの二枚貝を、生または不十分な加熱処理で食べた場合

●感染性胃腸炎の治療法

ウイルスを原因とする感染性胃腸炎への特別な治療法はなく、つらい症状を軽減するための処置（**対症療法**）が行われます。下痢などによる脱水症状を生じることがありますので、**ノロウイルス感染が疑われたら、早めに医療機関を受診**し、医師の指示に従って水分を摂ることを心がけながら、安静にして過ごしましょう。

●感染拡大を防ぐポイント

1. 最も大切なのは手を洗うことです。特に排便後、また調理や食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。
2. 便や吐物を処理する時は、使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、処理後は石けんと流水で十分に手を洗いましょう
➡ 嘔吐物処理方法など詳細は、東京都福祉保健局 HP（家庭向けパンフレット）をご覧ください。
3. カキなどの二枚貝を調理するときは、中心部まで十分に加熱しましょう。（**中心温度 85℃・1 分以上**の加熱が必要です）
4. 調理器具・衣類・タオルなどは、熱湯（85℃以上）で 1 分以上の加熱が有効です。
5. 殺菌には、熱湯あるいは、**0.02～0.1%**の次亜塩素酸ナトリウムを使用しましょう。アルコールや逆性石鹼にはあまり殺菌効果はありません。

＜市販の漂白剤（ハイター）：塩素濃度約 5% の場合の薄め方＞

濃度（希釈倍率）	希釈方法
0.02% (200ppm) (環境消毒に使用)	2ℓ のペットボトル 1 本の水に 10ml (原液をペットボトルのキャップ 2 杯)
0.1% (1000ppm) (吐物・便の処理に使用)	500ml のペットボトル 1 本の水に 10ml (原液をペットボトルのキャップ 2 杯)



（注）次亜塩素酸ナトリウムは金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合、10 分程度たったら水拭きしてください。また、塩素ガスが発生することがあるため、使用時は十分に換気しましょう。

●感染症法と学校保健安全法

感染性胃腸炎は、「**感染症法**」により五類定点把握疾患に定められ、全国約 3000 カ所（都内約 264 カ所）の小児科定点から患者数が毎週報告されています。「学校保健安全法」では、**出席停止について、特に明記された疾患ではありません**が、登校については、嘔吐や下痢が治まるなど、体調によって判断することが望ましいといえます。

出典：厚生労働省 HP/国立感染症研究所 HP/東京都感染症情報センターHP