



冬の食中毒、ノロウイルスに注意！

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は1年を通して発症しますが、特に冬に多く、11月頃から増えはじめ、1～2月にピークを迎えます。ノロウイルスについてはワクチンがなく、また、治療は輸液などの対症療法に限られてしまいます。ノロウイルスを正しく知って、感染を予防しましょう。

症状

ごく少量のウイルス摂取で感染し、感染すると24～48時間前後の潜伏時間を経て、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、頭痛、発熱などを発症し、その後12～60時間前後で治癒します。幅広い年齢層で発症する傾向があり、健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどでは重症になることがあります。



感染経路

ほとんどが経口感染で、カキなどの二枚貝による食中毒がよく知られていますが、感染力が強く、患者の便や嘔吐物が乾燥し、ウイルスが空気を介して経口感染することもあります。

最近の調査では、食中毒による感染よりも人から人へ感染するケースの方が多いことがわかっています。

治療

現在、ノロウイルスに有効な抗ウイルス剤はありません。

下痢・嘔吐等による脱水症を防ぐため、市販のスポーツドリンクなど、吸収の早い飲み物で少しずつ何度も水分を補給することが大切になってきます。

下痢止め薬は、病気の回復を遅らせることがあるので、使用しないことが望ましいでしょう。

予防・対応

- ノロウイルスは、85℃以上・1分以上の加熱によって感染性を失います。
- 塩素系の漂白剤も有効なので、5%のものなら約50倍に、10%のものなら約100倍にうすめて使用しましょう。また、石けんを使った手洗いで、物理的にウイルスを洗い流すことができるので、食事前やトイレの後などは、石けんを使ってよく手を洗いましょう。
- ノロウイルスは、ウイルスを蓄積した食品からの感染(食中毒)もあるため、カキなどの食品は中心部まで十分加熱し、生ガキを扱った包丁やまな板は、熱湯やうすめた塩素系の漂白剤で十分消毒することが大切になってきます。
- 患者の便や嘔吐物には、大量のウイルスが含まれているため、処理するときには使い捨ての手袋とマスクを着用しましょう。眼鏡をしていない場合は、ゴーグルなどで目の防御をすることをお勧めします。また、ノロウイルスは、症状回復後も1週間程度、便中に排泄されることがあります。そのため、治ったと思って油断せず、介護する方は使い捨て手袋、マスクを着用しましょう。



《処理の仕方》

- ① 便や嘔吐物を新聞紙やペーパータオル等で、できるだけ取り除き、ビニール袋に入れて密封する。
 - ② うすめた塩素系の漂白剤をしみ込ませたティッシュなどでよく拭き取る。
 - ③ 金属面がある時は錆びる可能性があるため、拭き取り後、もう1度、金属面を水拭きする。
※塩素系の漂白剤…ハイター、ブライト、ブリーチなどの家庭用漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)のことです。
- 患者の便や嘔吐物で汚れた衣類は大きな感染源です。そのまま洗濯機で他の衣類と一緒に洗うと、洗濯槽内にノロウイルスが付着してしまいます。便や嘔吐物で汚れた衣類は、手袋とマスクをした上でバケツやたらいなどでまず水洗いし、さらにうすめた塩素系の漂白剤で消毒することをお勧めします。



参考文献: 調剤と情報 2007/Vol.13

どこの病院・診療所の処方せんにも対応できます。

(お薬によっては時間がかかることがあります) あすなろ武川薬局

TEL 0551-26-3800

FAX 0551-26-3810