

# ノロウイルスによる感染性胃腸炎・食中毒にご注意！

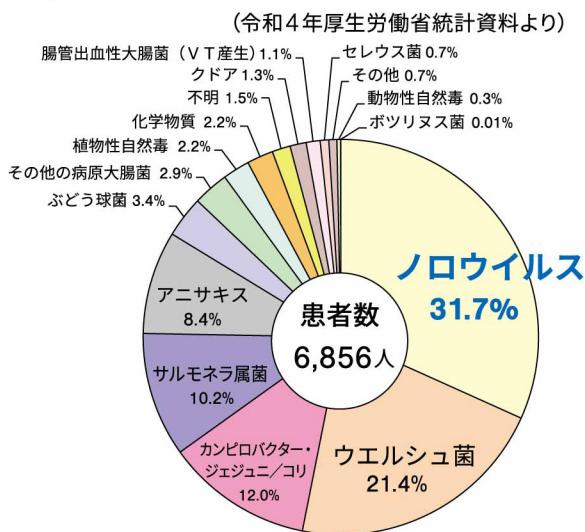
監修 元 堺市衛生研究所長 医学博士 田中智之先生

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は冬季に多発する傾向があります。

ノロウイルスはすべての年齢層に感染します。中でも保育園・幼稚園、学校、社会福祉施設などの発生は集団感染につながることが多々あります。

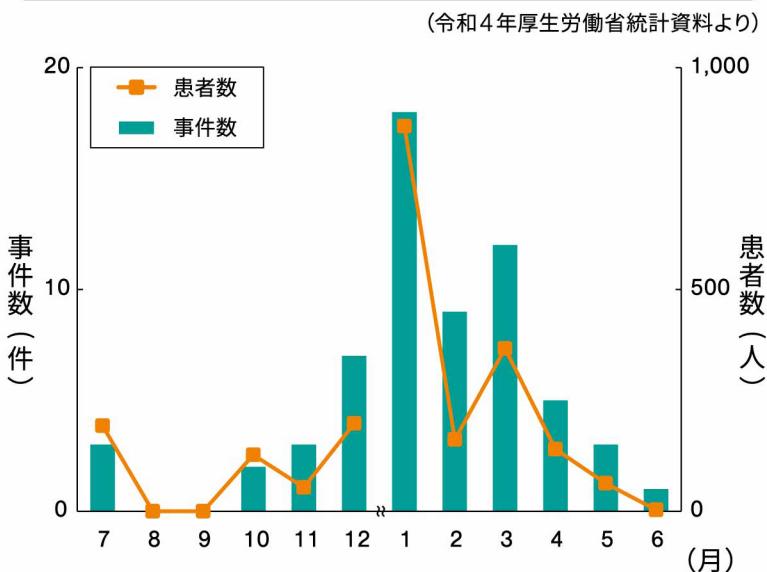
ノロウイルスに感染した調理従事者（不顕性感染者を含む）を介して食品が汚染され、それが原因となった集団感染事例（食中毒事例含む）が増加しています。

## 令和4年食中毒発生状況



ノロウイルス食中毒の患者数は、  
全体の約30%！

## 令和4年ノロウイルス食中毒発生状況（月別）

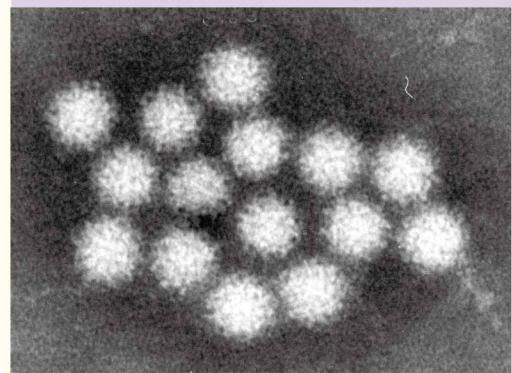


12月～3月にかけて多く発生！

## ノロウイルスの特徴

- ヒトの腸内でしか増殖できない
  - 潜伏期間は24～48時間
  - 主な症状は、吐き気・おう吐・下痢・腹痛・発熱（38°C以下）
  - 65歳以上の高齢者や3歳以下の乳幼児は、重症化しやすい
  - 極めて少量のウイルス粒子（約18～1,000個）で感染するといわれ、感染力は極めて強い
  - 感染したにもかかわらず症状が現れない不顕性感染者が多くみられる（30%以上）
  - 感染者の約30%は、症状が現れる前から糞便中にウイルスを排出している
  - 多くの場合、感染者のおう吐物中にもウイルスが含まれている
  - 発症後、糞便中のウイルス排泄期間は、成人では約3週間、小児では約1ヶ月にもおよび感染源となる
- ノロウイルスのワクチンが未開発の現在、次の各診断方法で迅速に対処することが求められている
- ① 抗原検出診断による多検体診断ができるELISA法
  - ② 抗原検出診断による簡便且つ迅速（15分）なイムノクロマト法
  - ③ RT-PCR法によるノロウイルス遺伝子検出法
- 汚染が疑われる食材からもパンソルビン・トラップ法で捕獲されたノロウイルス遺伝子をRT-PCR法で検出されるようになり、食中毒の感染原因究明に役立っている

ノロウイルスの電子顕微鏡写真



提供 元 堺市衛生研究所長 田中智之博士

## ノロウイルスの感染経路

### → 食中毒 食品→ヒト

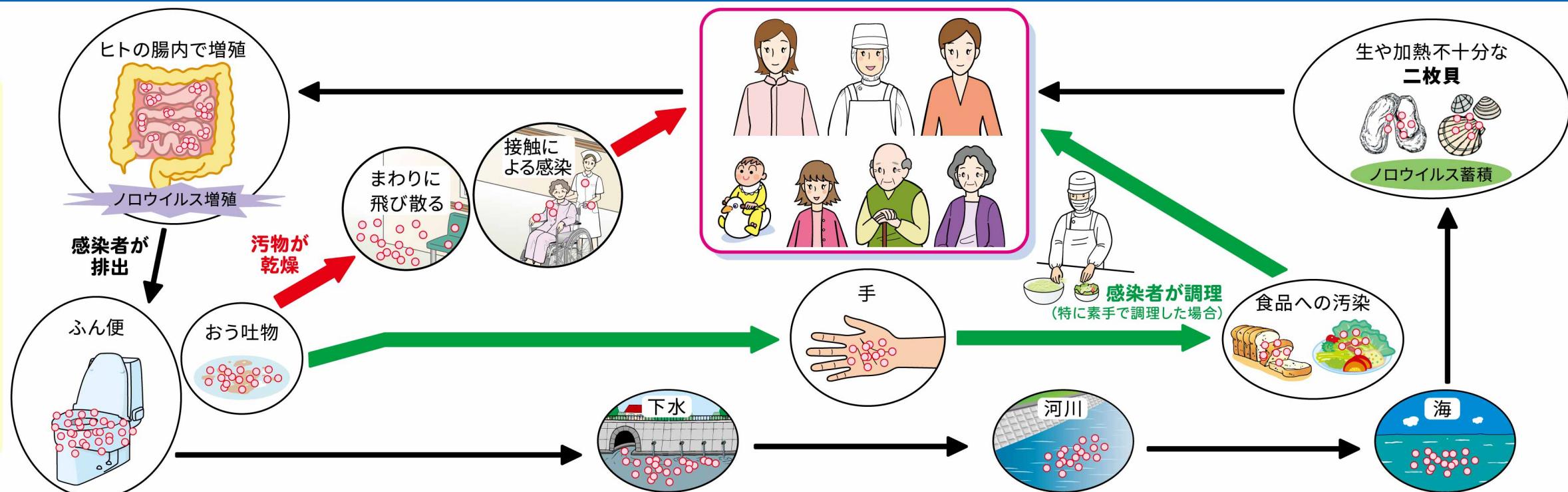
汚染されていた二枚貝等を、生あるいは十分に加熱しないで食べた場合

### → 食中毒 ヒト→食品→ヒト

ウイルス保有者(不顕性感染者を含む)を介して汚染した食品を食べた場合

### → 感染性胃腸炎 ヒト→(施設)→ヒト

感染者のふん便やおう吐物などから二次感染した場合



## ノロウイルスの感染の基本的予防方法

### 手洗い、うがいを励行する

#### ヒトが衛生的な環境を保つ

- トイレの後、調理の前、食事の前などには、石けんと流水でよく手を洗いましょう
- 汚物の片付けが終わったら、よく手を洗い、うがいをしましょう

### 手洗い



### うがい



感染予防の基本は 手洗いと うがいです

### 調理従事者の健康管理を徹底する

#### 日常の健康管理

- 下痢、おう吐の症状があるときは、調理や配膳から外れ、ノロウイルス検査をしましょう
- 家族に下痢、おう吐の症状があるときは、直ちにノロウイルス検査とともに手洗いの励行と住環境(特にトイレやお風呂)を衛生的に保ちましょう



#### ノロウイルス検査の実施

- ノロウイルスの流行シーズンには、「大量調理施設衛生管理マニュアル」などに従って、定期的な検便検査を実施しましょう
- 感染した場合は、臨床症状が見られなくなつてから(できればノロウイルスの陰性を確認したうえで)職場復帰しましょう  
職場復帰後も、十分な手洗いを行いましょう



### 食品の衛生管理を徹底する

#### 洗浄・殺菌

- 調理器具や調理場内を介してノロウイルスは二次感染する可能性もあるため、なるべくゴム手袋を着用して、調理後のまな板、包丁などは洗剤でよく洗いましょう
- 作業終了後は調理台なども定期的に清掃しましょう
- 殺菌は、熱湯や次亜塩素酸ナトリウムで十分に行いましょう



#### 十分な加熱

- カキなどの二枚貝の生食を避け、加熱を十分に行いましょう

## 施設の衛生管理を徹底する

### 住環境の消毒

- 基本は、次亜塩素酸ナトリウムで消毒し、その後しっかりと水ぶきしましょう  
脱色やサビが心配な部分(ドアノブなどの金属部分)には、消毒用アルコールで十分にふき取りましょう



### 汚物は衛生的に処理する

#### 感染者の汚物(排泄物・おう吐物)に触れない

- 使い捨て手袋、使い捨てマスク、使い捨てエプロン、使い捨て靴カバー等の防護具を着用して処理しましょう
- 排泄物とおう吐物には大量のウイルスが存在し、感染源となる可能性が高いため、便器などはこまめに消毒しましょう



#### 排泄物・おう吐物の処理

- 汚物全体をペーパータオルで覆い、市販の次亜塩素酸ナトリウムを全体に行き渡るように汚物の量と同量程度むらなく回しかけるように注ぐ
- 10分程度放置し、次亜塩素酸ナトリウムを十分に浸透させる
- 2 ②の間に、次亜塩素酸ナトリウムを浸したペーパータオルで靴カバーの底面・側面をふき取った後、次亜塩素酸ナトリウムを浸したペーパータオルで周辺に飛び散った汚物をふき取る
- 4 回収ヘラで汚物が広がらないようにペーパータオルごと外側から内側に向けてすくい取り、ポリ袋に入れる  
※使い終わったヘラもポリ袋に入れる
- 5 汚物が付着した床面は、次亜塩素酸ナトリウムを浸したペーパータオルで3~4回ふき取った後、十分に水ぶきする  
床面の脱色が心配な場合は、消毒用アルコールで3~4回清拭する
- 6 汚物の入ったポリ袋を次亜塩素酸ナトリウムで処理し、汚染面に触れないように防護具を外して入れ、袋の口を縛る
- 7 汚物の片付けが終わったら、よく手を洗い、うがいをする

動画で汚物の処理方法をご覧いただけます  
右記QRコードを読み取りください



## 手洗い



動画で手洗いの方法を  
ご覧いただけます



上記QRコードを読み取りください



よくぬらした手に  
ハンドソープを取る



よく泡立てて、  
手のひらを洗う



手の甲、指の間を洗う  
（必要に応じて爪ブラシを使用する）



4  
指先を洗う  
(必要に応じて爪ブラシを使用する)



親指を洗う



手首も忘れずに洗う



流水でよくすすぐ



水分をふきとる

## 手指消毒



動画で手指消毒の方法を  
ご覧いただけます



上記QRコードを読み取りください



アルコール手指消毒剤を手のひらに取る



指先にすり込む



手のひらにすり込む



手の甲にもすり込む



指の間にもすり込む

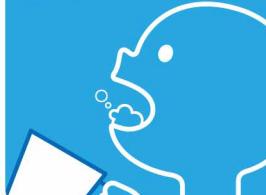


親指にもすり込む



手首にもすり込む

## うがい



コップに約100mLの水を  
入れる



うがい薬を1プッシュ  
入れる



口に1/5の量のうがい薬  
を含む



ほおをふくらますような感じで  
正面を向いたままクチュクチュと  
口の中を軽くすすぎ、吐き出す



口に1/5の量のうがい薬  
を含む



ガラガラ  
顔を上に（天井を向くように）  
向けてガラガラと5回くらい  
のどをすすぎ、吐き出す



5～6のガラガラうがいを2～3回繰り返す

