

## ノロウイルスによる急性胃腸炎について

急性胃腸炎の流行時期が近づいています。特にノロウイルスによる急性胃腸炎は学校や職場で大規模な流行となることがあり、注意が必要です。

感染予防のため、まずはしっかりと手洗いをしましょう。感染の拡大防止のために、糞便・吐物の処理にも十分注意をしましょう。

また、下痢や嘔気などの症状がある場合は、早めに医療機関へ相談しましょう。

正確な情報を把握し、適切な対応を心がけましょう。

### <ノロウイルスによる急性胃腸炎とは>

一年を通じて見られる胃腸炎ですが、とくに冬季に流行します。経口感染し、下痢や嘔吐、腹痛をきたします（発熱は軽度）。通常は症状が1～2日続いたのちに軽快します。乳幼児や高齢者などでは重症化することもあります。

有効な治療法はなく、対症療法で経過観察となります。症状が重い場合、脱水を改善するために点滴をすることもあります。予防のためのワクチンはありません。

### <予防について>

流水でしっかりと手洗いをすることが最も重要です。特に外出後やトイレの使用後などは、十分に注意しましょう。石鹼を使用し、しっかりと泡立てて洗い、温水で十分に流すのがよいでしょう（エタノールでの消毒では不十分と言われています）。タオルやハンカチは自分のものを使用し、共用とするのはやめましょう。

### <消毒について>

患者の吐しゃ物と便には大量のウイルスが含まれており、感染源となりますので、扱いには十分注意しましょう。吐しゃ物などで汚染された床や衣類からも感染しますので、消毒が必要となります。

消毒には次亜塩素酸ナトリウムが有効です。ドアノブや便座などの消毒には0.02%、吐しゃ物などには0.1%程度の濃度の次亜塩素酸ナトリウム液を作って使用するとよいでしょう（手荒れを起こすので手指には使わないでください）。

※ 0.02%液:500mlペットボトルの水に家庭用塩素系漂白剤(5%)をキャップ半分(約2ml)  
0.1%液:500mlペットボトルの水に家庭用塩素系漂白剤(5%)をキャップ2杯(約10ml)  
食べ物については、85度以上の熱湯で1分以上加熱することが有効とされています。

<参考>

ノロウイルスに関するQ & A 厚生労働省

<http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/kanren/yobou/040204-1.html>

感染性胃腸炎（ノロウイルスを中心に）東京都感染症情報センター

<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/diseases/gastro/>

ノロウイルス感染症とは NIID 国立感染症研究所

<http://www.nih.go.jp/niid/ja/diseases/na/norovirus.html>

ノロウイルス対応標準マニュアル（ダイジェスト版） 東京都福祉保健局

<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/assets/diseases/gastro/pdf-file/norodigest20.pdf>