

ノロウイルスによる感染性胃腸炎について

感染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感染性胃腸炎は学校や職場で大規模な流行を起こします。日頃から十分に注意しましょう。

★ ノロウイルスによる感染性胃腸炎とは？

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。通常、発熱は軽度です。症状が1～2日続いたのちに軽快することがほとんどですが、乳幼児や高齢者などでは重症化することもあります。

★ 感染予防のため、せっけんと流水でしっかりと手洗いをしましょう

ノロウイルスの感染経路はほとんどが経口感染で、人の手を介して起こります。このため、予防には手洗いが非常に有効です。

石鹸を使用し、しっかりと泡立てて洗い、温かい流水で十分に流すのがよいでしょう。特に外出後やトイレの使用後などは、十分におこなうようにしましょう。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共用とするとそこから感染します。自分のものを使用しましょう。

★ 糞便・吐物の処理に注意をしましょう

患者の吐しゃ物や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。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。

★ 下痢や嘔気などの症状がある場合は？

ノロウイルスによる感染性胃腸炎には有効な治療法はなく、対症療法で経過観察となります。嘔吐が続く場合など、症状が重い場合には脱水を改善するために点滴をすることもあります。自覚症状が強い場合は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

以下のウェブサイトを参考にしてください。

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（ウイルス性胃腸炎を中心に） 東京都感染症情報センター

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

感染症ひとくち情報 感染性胃腸炎（ノロウイルス等）にご注意ください

東京都健康安全研究センター

<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/assets/diseases/gastro/hitokuchi-joho.pdf?20171026>

ノロウイルス感染症とは NIID 国立感染症研究所

<http://www.niid.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>