



冬場がピーク、ノロウイルス感染症

ノロウイルスとは、感染性胃腸炎の原因ウイルスの一つ。冬季に多発します。感染力が非常に強く、しばしば大規模感染を引き起こすため注意が必要です。

【症状】

感染から発症までの潜伏期間は24～48時間。主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛であり、発熱は軽度です。通常、これらの症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症はありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もありますが、子どもやお年寄りなどでは重症化し、吐ぶつを誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。

【感染経路は主に3つ】

①人⇒人

感染者の便や嘔吐物が手につき、ドアノブやタオルなどを介して感染することがある。家庭や共同生活施設など接触する機会が多いところでは、飛沫感染等で直接感染することがある。

②人⇒食品⇒人

感染者がウイルスの付いた手をよく洗わずに調理すると、食品にノロウイルスが付き、その食品を食べることで感染することがある。

③食品⇒人

ノロウイルスを取り込んだ二枚貝類を生で、あるいは十分に加熱しないで食べるにより感染することがある。また、ノロウイルスに汚染された井戸水や簡易水道を消毒不十分で摂取することにより感染することがある。

【予防方法】

基本は手洗い

トイレの後、帰宅時、調理の前、食事の前には必ず石けんで手を洗いましょう。**消毒用アルコールによる手指消毒はノロウイルスには効果がありません。**すぐに石けんによる手洗いが出来ないような場合、手洗いの補助として用いてください。

食品をしっかり加熱する

食品の中心部まで十分に加熱（85℃～90℃で90秒以上）しましょう。ノロウイルスは熱に強く、湯通し程度の加熱では死滅しません。

【消毒方法】

有効な消毒の方法

- ・85℃以上の熱湯で1分間以上、加熱消毒する
 - ・塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム液）を適切に薄めた消毒液で消毒する
- ※消毒用アルコールでは不十分です**

消毒が必要なところ

ドアノブ、蛇口、手すり、子どものおもちゃなど「手の触れるところ」にウイルスが付着する可能性があります。感染者の嘔吐物や便には、1g中に100万個～1億個のウイルスが含まれています。トイレ、床など嘔吐物や便で汚染されたところは徹底して消毒しましょう。

お風呂に入るときに気をつけること

下痢などの症状がある人は「1番最後」に入るか「シャワーのみ」にしましょう。症状のある人が浴槽に入った後は、よく洗い、消毒しましょう。

【治療方法】

現在、このウイルスに効果のある抗ウイルス剤はありません。ワクチンもなく、治療は輸液などの対症療法に限られます。

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と言われています。

【学内で症状が出たら】

- ・すぐに保健室（不在時は学務課）へ知らせ、帰宅するか医療機関を受診する
- ・トイレで嘔吐や下痢をした場合、便器の蓋を閉めてから流し、ウイルスの飛び散りを最小限にする
- ・床など便器外に嘔吐した場合、自分たちで後始末せず（集団感染の原因に）、すぐに保健室へ知らせる
- ・吐いた後30分は飲食せずに胃腸を休める
- ・症状が治まるまで学校もアルバイトも休み、他者への感染を防ぐ
- ・自宅で安静にし、少しずつ水分を摂取し脱水を防ぐ
- ・症状が治まっても1週間～1ヵ月は大便にウイルスが含まれるため、排便後は便器の蓋を閉めてから流し、手洗いを念入りに行う

【感染性胃腸炎の法的な扱い】

感染症胃腸炎（ノロウイルス、ロタウイルスの感染症など）は、学校感染症（学校において予防すべき感染症）の「その他の感染症」に分類されます。

学校で流行が起こった場合、校長（学長）が学校医の意見を聞き、第三種の感染症として扱い、出席停止になる場合があります。

