~広島市保健所からのお知らせです~知って防ごう! /ロウイルス食中毒

ノロウイルスは感染力が強く少量で経口感染し、おう吐、下痢、発熱などの症状を引き起こします。正しく理解し、食中毒を予防しましょう!!

1. 感染しても、すぐにおう吐 や下痢などの症状は出ない

ウイルスが体に入って発症する までの時間は、約24~48時間です。 通常下痢などの症状が1~2日続 いた後、回復し、後遺症はありま せん。感染しても症状がなく、知ら ない内に人に移してしまうことも。 流行期は、トイレの後の手洗いな どしっかり対策をとりましょう。

2. 症状がおさまっても、ノロウ イルスが排出されることがある

下痢などの症状がなくなっても、 1週間~1か月程度、便にウイル スが排出されます。 患者の下痢 便やおう吐物には大量のウイル スが含まれており、注意が必要で す。ウイルスはとても小さく、トイ レットペーパーもすり抜けます。念 入りに手洗いをしましょう。

3. 感染は、患者の便やおう吐 物からだけではない

感染経路は様々で、感染した人 が調理して汚染された食品や、ウ イルスの蓄積した加熱不十分な 二枚貝なども原因となります。



4. ノロウイルスに効く薬はない

ノロウイルスに効果のある薬は ないため、脱水症状や体力消耗 の予防のために、水分と栄養の 補給を行いましょう。症状がひど い場合には、病院での治療が必 要です。下痢止め薬は、回復を遅 らせることがあるため、使用しない ことが望ましいとされています。

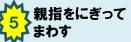
効果的な手洗いでSTOP食中毒





手のひらを爪で







※ノロウイルスにアルコールは効果がありません。



(1しっかり手洗い

調理や食事の前、トイレ やおう吐物処理の後など は、石けんで手洗いを!



②しっかり加熱

食材は、中心部まで加熱 を!!(特に二枚貝は、 85~90℃で90秒間以上)



③しっかり洗浄・消毒

調理器具はよく洗い、次亜 塩素酸ナトリウム液* (200ppm)や熱湯で消毒を

ノロウイルス食中毒予防のポイント

* 消毒用 次亜塩素酸ナトリウム液(200ppm)の作り方

⇒ペットボトルに水を1L入れ、ペットボトルキャップ1杯分の家庭用塩素系漂白剤(約5%)を加 えて混ぜる。※注意書きをよく読んで使用してください。手指等の体の消毒はしないでください。