



要注意诺瓦克病毒所引起的胃肠炎！

诺瓦克病毒主要在冬季盛行，不过，冬季以外的季节在医疗机关和社会福祉设施我们也能看到集体感染胃肠炎的现象。我们一定要充分洗手和漱口以防感染。一有症状就马上去就诊。

1. 什么叫诺瓦克病毒？

主要在冬季发生的病毒性食物中毒的重要病源。诺瓦克病毒一般从每年 12 月份到 3 月份在全国范围内流行。

2. 感染途径

主要有通过污染的食品（贝类等）和饮料水所传播的经口感染（病毒性食物中毒主要病源）和尿口感染（接触被病毒污染的粪便或呕吐物，然后手接触到口引起的感染）。

3. 感染后有何症状？

被感染后，一两天内会出现恶心，呕吐，腹痛，腹泻，发烧等症状。特别是呕吐，呕吐次数会很频。因此，诺瓦克病毒曾被称为冬季呕吐症。其早期症状和感冒很相似。

4. 如何预防？

勤洗手和以洗净烹饪器具冲洗掉病毒为最佳预防措施。特别是，在收拾粪便和呕吐物时，一定要戴手套。此外，诺瓦克病毒惧怕高温，应时常留心加热处理。食物要在 85 度要加热 1 分钟以上，烹饪器具只要通过高温处理，一般即可起到良好的消毒效果。病毒与细菌性食物中毒不一样，不会在食物中增多，也不会发放毒素。

5. 如何治愈？

诺瓦克病毒不需要抗生素治疗。在一般情况下症状不会恶化，经过治疗，会在数天内均可康复。但是，免疫力较差的老年人和婴儿会病情恶化。