

ノロウイルスによる胃腸炎に注意しましょう！



ノロウイルスは主に冬期シーズンを中心に流行しますが、それ以外のシーズンでも医療機関や社会福祉施設等において集団胃腸炎の発生が見受けられます。十分な手洗いやうがいを中心、感染しないよう予防に気をつけるとともに、疑わしい症状が出たら早めに医療機関を受診するようにしましょう。

1. ノロウイルスって何？

おもに冬に発生するウイルス性食中毒の原因ウイルスです。これまでもノロウイルスによる胃腸炎は毎年12月から3月をピークにして全国的に流行しています。

2. どうやって感染するの？

汚染された食品（貝殻など）や飲料水からの経口感染（ウイルス性食中毒の原因）と、ヒトからヒトへの糞口感染（感染者の糞便や吐物又はそれらに汚染されたものを介して経口的に感染）があります。

3. どんな症状が出るの？

体内にウイルスが入ってから1～2日後に激しい吐き気、嘔吐、腹痛、下痢、発熱等の症状が出ます。特に嘔吐の頻度が高い傾向にあり、かつて「冬季嘔吐症」と呼ばれていたほどです。風邪に似た症状が始まることもあります。

4. どうやって予防するの？

十分な手洗いと調理器具の洗浄によりウイルスを洗い流すことが一番です。特に糞便や吐物の処理には、手袋を着用する等細心の注意を払いましょう。また、ノロウイルスは加熱により死滅しますので、食品の十分な加熱（85度、1分以上）、調理器具の加熱消毒が有効です。細菌性食中毒と違って、ウイルスは食品中で増えることはなく毒素も発生しません。

5. どうやって治すの？

ノロウイルスに対して抗ウイルス剤といった特異的な治療法はありませんが、一般に症状は軽く、対症療法でほとんどの患者は、数日で軽快します。ただし、免疫力の充分でない高齢者や乳児等では重症化することがあり、入院が必要になることもあります。