

プログラム



『ノロウイルス 食中毒・感染予防』

田辺保健所 衛生環境課
主査 小河 寛 様

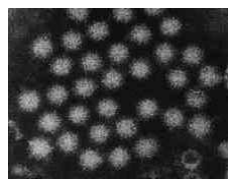
ノロウイルスによる感染症が流行する季節になってきました。医療機関から県に報告されるデータ

によると、現在、和歌山市内、岩出、海南で感染性胃腸炎の流行が確認されています。冬場に流行する、この感染性胃腸炎患者数とノロウイルス食中毒の発生数には相関があると言われてい

ます。さて、このノロウイルスの特徴としては、以下の4つが挙げられます。

- ①強い感染力
- ②おう吐物・糞便に大量のウイルスが存在
- ③感染力を長期間保持
- ④抵抗力が強い

まず、感染力が非常に強く、少量のウイルス(数個～100個程度)が体に入っただけで、発症します。感染すると、下痢の症状が回復した後もウイルスの排泄が1～3週間以上続くとされています。アルコール消毒が効果なく、熱に強い



ノロウイルスの電子顕微鏡写真

ため、菌と違って85℃1分の加熱が必要です。また、潜伏期から発症、回復までの流れは、潜伏期(体内に入ってから症状がでるまで)が24～48時間、症状はおう吐、吐き気、腹痛、下痢、発熱(胃腸風邪の症状に似ている)、この状態が1～2日続き後遺症は残らないとなっています。体調管理のために、脱水しないように水分の補給が重要です。

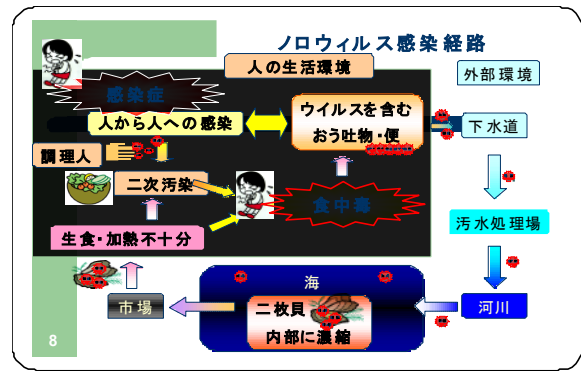
ノロウイルスが人に感染するルートは、以下の3通りがあります(②か③がほとんどです)。

- ①汚染された食品を食べたとき。
- ②調理従事者の手から、二次汚染された食品を食べたとき。
- ③患者の糞便やおう吐物から、他人へ感染する。

次の図のように、外部環境(下水道など)に漂っているウイルスが海まで流れ着きカキなどの二枚貝に濃縮されます。この状態で市場に流通しこれを生食で食べた人や、胃腸内にウイルスを保有していた調理人が作ったサラダなど、二次汚染した食材による食中毒や、保育園などの集団で生活する環境での人から人への感染が起こります。便に排出されたウイルスは再び外部環境に出て行きます。

以上のように、二枚貝の生食はリスクが高いのですが、最近の食中毒事例では、患者の多くはカキ以外の食材を食べたことによって発症しています。つまり、調理人の手指からの二次汚染が原因となっていることが多くなっています。

このほか、人から人への「感染」としては、患者がおう吐・下痢をした後の汚物処理が適切でなかったこと



最後に予防方法ですが、基本は以下の4つです。

- 予防方法その1** 最も有効な対策は『手洗い』です。トイレの後、食事前、手が汚れた時は石けんを使って洗いましょう！手の脂肪などの汚れを落とすことにより、ウイルスを手から剥がれやすくなります。手洗いでは以下の図の場所をよく洗い、清潔なタオルでよく拭き取って乾かして下さい。



- 予防方法その2** 食品を加熱しましょう。ノロウイルス対策としては中心部が85℃、1分以上の加熱が必要ですが、カキフライなら3分から3分半くらいが目安です。
- 予防方法その3** 消毒は塩素系消毒剤(次亜塩素酸ナトリウム)か加熱(熱湯消毒)を。
- 予防方法その4** おう吐物や下痢便の処理を適切に行って下さい。これらの処理に最低限用意するものとしては以下のものがあります。

処理手順は、

- ①使い捨てマスク、手袋(二重に)を付ける
- ②ポリ袋(回収用)は口を開けておく
- ③汚物を新聞紙などで広めに覆う
- ④次亜塩素酸ナトリウム消毒液(0.1%)を新聞の上からかけ、10分程待つ
- ⑤③を外側から内側に、ふき取り面を折り込みながら汚物をふき取る(汚染を広げない)
- ⑥⑤を繰り返して汚物をふき取る
- ⑦ふき取った新聞紙と手袋(二重にした外側)を②のポリ袋に入れる
- ⑧②のポリ袋の中に次亜鉛素酸ナトリウム消毒液(0.1%)を少しふりかけ、袋をしぼる
- ⑨汚物を全て取り除いたら、もう一度新聞紙を汚物のあった周囲にかぶせ次亜塩素酸ナトリウム消毒液(0.1%)をふりかけ、10分後にふき取った後、水拭きをする
- ⑩⑨の新聞紙、⑧のポリ袋やマスク、手袋(二重にした内側)などをもう一つの袋に入れ口をしぼり、廃棄する
- ⑪処理後は手を洗う

