

# ノロウイルス感染症 についてのお知らせ

ノロウイルス感染症は、ノロウイルスが人に感染し嘔吐や下痢などの症状を引き起こす病気です。学校や幼稚園、保育所などで集団感染を起こします。

原因となるノロウイルスは、感染者の下痢便や嘔吐物に含まれています。気づかないうちにそれらの吐しゃ物からウイルスが手に付着し、その手で口を触ったり、食品を口に運んだりして、ノロウイルスに感染することもあります。ノロウイルスには、予防ワクチンも特効薬もありません。まず、かからないように（ノロウイルスが口に入らないように）することが大切です。

## ノロウイルスはどうやってうつるの？

### 人から人への感染

- ・感染者の便や嘔吐物に含まれたウイルスが気づかないうちに手に付着し口に入る。
- ・ウイルスを含む便や嘔吐物が埃や塵となり、それを吸い込む。

### 食中毒としての感染

- ・ウイルスが蓄積した二枚貝などを不十分な加熱で食べる。
- ・感染者が（手にウイルスを付着させたまま）調理等をして汚染された食品を食べる。

## ノロウイルス感染症の予防について

予防には、まずは手洗いをきちんとすることが大切です。ノロウイルスは感染してから、下痢が止まった後も2〜3週間くらいは便の中にウイルスが排泄されます。トイレの後や食事の前は特に気をつけましょう。

### 予防の基本は手洗いです。正しい方法で行ってください。

<p>① 手のひらで石けんを泡立てます。</p> 	<p>② 手のこも、こすつて洗います。</p> 	<p>③ 指を一本ずついねいに洗います。</p> 	<p>④ 両手をもむようにして指の間を洗います。</p> 
<p>⑤ 爪を手にこすりつけるように洗います。</p> 	<p>⑥ 手首を片方ずつ洗います。</p> 	<p>⑦ 石けんが残らないように、しっかり洗い流します。</p> 	<p>⑧ 清潔なタオルやハンカチで水分をしっかりふき取ります。</p> 

## 嘔吐物などの掃除のしかた

※ノロウイルスには消毒用のアルコールでは不十分です。



① エプロンなどを着用し、使い捨て手袋とマスクを着用する。



② 紙や新聞紙などで嘔吐物全体を広めにおおう。



③ まんべんなく塩素系漂白剤や二酸化塩素の液剤をひたす。



④ 嘔吐物は、おおった紙ごと静かに汚れを包み取る。



⑤ 跡をふき取り、薄めた塩素系漂白剤や二酸化塩素の液剤でふき、最後に水ぶきする。



⑥ ふき取った嘔吐物や、処理に使った紙、手袋などはビニール袋に入れて密閉して捨てる。

! 塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）は0.1%に薄めてふき取りに使用します。

### 0.1%次亜塩素酸ナトリウムの作り方



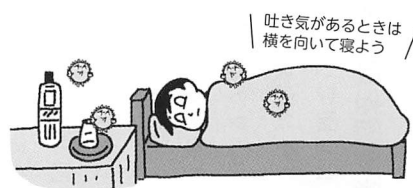
1%原液の場合 原液 330mlを水3ℓに入れる。

市販されている次亜塩素酸ナトリウムは、濃度が1%〜12%とさまざまです。濃度に合わせて作ってください。なお、ペットボトルを利用して作ると便利です。ボトルのキャップが1杯約5mlですので、必要量を作ってみましょう。ペットボトルは飲料水と間違わないように注意!!

## ノロウイルスにかかったら...

### 看護方法について

- ・吐いたものが喉につまらないように、気をつけます。吐きそうになったら、起きあがるか、横向きになって、吐かせるようにしてください。
- ・トイレは我慢させないようにしてください。
- ・吐いたものや便の漏れなどは、速やかに薄めた塩素系漂白剤などを使用して処理してください。



### 看護の注意点

感染者の吐しゃ物などの中にはノロウイルスが大量に存在しています。きちんと消毒しながら、除去しましょう。また、カーペットに残っていたノロウイルスが掃除機の排気で拡散して感染源になった例もあり注意が必要です。

