

## ノロウイルス食中毒について

### 1 ノロウイルスによる胃腸炎とは

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。

潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間で、主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱などです。通常、これら症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。特に、体力の弱い乳幼児、高齢者は、重症化することがありますので、水分と栄養の補給を充分に行いましょう。

### 2 ノロウイルス食中毒の原因食品

- ・ ノロウイルスに汚染された二枚貝
- ・ ウイルスに感染した食品取扱者を介して汚染された食品
- ・ 感染者の便や嘔吐物に接触したり飛散したりすることにより、二次感染を起こすことがあります。

### 3 ノロウイルス食中毒の予防方法

- (1) ウイルスを洗い流すため、食事の前やトイレの後などには必ず石けんで手を洗いましょう。
- (2) 生ものを食べるのを極力避け、二枚貝等ノロウイルス汚染のおそれのある食品は中心部までしっかり加熱して（85～90℃で90秒以上）食べましょう。
- (3) 調理器具等は使用後に洗浄、消毒し、他の食材への二次汚染を防止するよう注意しましょう。
- (4) 下痢やおう吐等の症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。症状が治まってからも、1ヵ月程度は便の中にウイルスが排出されていますので、注意が必要です。