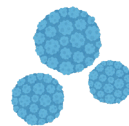


冬の食中毒（ノロウイルス）について

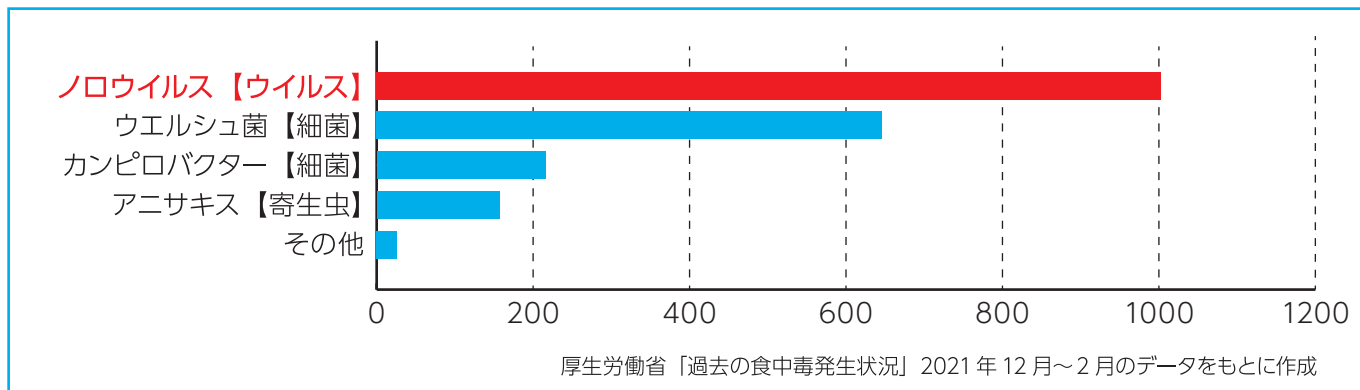


食中毒というと夏のイメージがしますが、冬でも油断は禁物です。

細菌は高温多湿の環境で増殖をするため夏場には『細菌性食中毒』の発生が多いのに対し、ウイルスは低温や乾燥した環境でも生息することができるため冬場には『ウイルス性食中毒』の発生が増加しています。

今回は冬場に多い食中毒の代表格「ノロウイルス」について取り上げていきます。

下記のグラフは昨年の12月～2月にかけて多かった食中毒です。



■ノロウイルスについて

ノロウイルスは感染力が強く、**集団感染リスクの高いウイルス**です。健康な方は軽症で回復することが多いですが、子どもや高齢者などでは重症化する場合もあるので注意が必要です。

<感染経路>

●食品からの感染●

- ・感染者が調理などをして汚染された食品を摂取する（※原因の中で最多とされています。）
- ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝などを摂取する



●人からの感染●

- ・患者のふん便や嘔吐物からの二次感染
- ・家庭や施設内などでの飛沫などによる感染



ノロウイルスはとても感染力が強いウイルスです。感染者の吐物やふん便などが乾燥するとウイルスが空気中を浮遊し、それを吸い込んだり口に入ることによって感染することもあります。

<症状>

吐き気、
嘔吐



下痢



腹痛



微熱



乳幼児や高齢者では嘔吐物を吸い込み、肺炎や窒息につながる可能性もあるため注意が必要です！

<治療>

- ・脱水症状を起こす可能性があるため水分・栄養の補給を十分に行いましょう。
- ・嘔吐や下痢による脱水症状がひどい場合は病院を受診し点滴などの治療を受けましょう。

■ノロウイルス食中毒の予防

- 調理などの作業をする前は「手洗い」をしっかりと行いましょう！
- ノロウイルスは「死滅」させましょう！
 - ・食品：中心温度 85℃～90℃、90 秒以上の加熱が必要
 - ・調理器具：洗剤洗浄後、熱湯 (85℃以上) で1分以上加熱が必要
塩素消毒液（※塩素濃度 200ppm）に浸して消毒

●塩素消毒の方法

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「塩素消毒液」を作ります。
(※家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用ができます。)

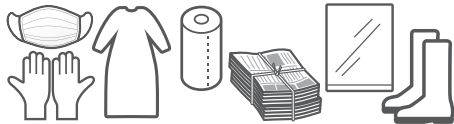
| 調理器具、床、ドアノブ、便座、カーテンなどの消毒や拭き取り 200ppm (0.02%) の濃度の塩素消毒液 | | | おう吐物などの廃棄 (袋の中で廃棄物を浸す) 1000ppm (0.1%) の濃度の塩素消毒液 | |
|---|------|-----|--|-----|
| 製品の濃度 | 液の量 | 水の量 | 液の量 | 水の量 |
| 12% | 5ml | 3L | 25ml | 3L |
| 6% | 10ml | 3L | 50ml | 3L |
| 1% | 60ml | 3L | 300ml | 3L |

- ノロウイルスが身近で発生した時には、「感染を広げない」ことが大切です！
 - ・食器や環境などの消毒の徹底
 - ・嘔吐物などの処理の際に二次感染させない

●嘔吐物などの処理方法

準備物

使い捨てマスク・ガウン・ビニール袋
ペーパータオル・古新聞・長靴・手袋



いざという時、すぐ使えるよう日頃から準備しておきましょう！

注意事項

- ・片づける人以外汚染物には近づかない
- ・吐物は広範囲に飛散するため、広範囲を消毒する
- ・次亜塩素酸ナトリウムは金属（ドアノブなど）に腐食性があるため、消毒後は十分に拭き取る



①嘔吐物などの処理時、使い捨てのマスク、ガウン、手袋を着用。長靴を履く。ペーパータオル、ビニール袋を用意する。嘔吐物が乾燥する前に古新聞やペーパータオルなどで除去する。



②嘔吐物は 1000ppm の塩素消毒液に浸したペーパータオルで外側から中央に包みこむように拭き取る。拭き取ったペーパータオルはビニール袋に入れて密閉する。



③嘔吐物を拭き取った場所（床など）を 200ppm の塩素消毒液で 10 分間浸す。その後、消毒部分を水拭きする。



④使い終わった手袋、マスク、②のペーパータオルを入れた袋を、別のビニール袋に入れて密閉する。換気は屋内への感染防止のため、嘔吐物処理が終わってから空気の流れに注意して行う。



⑤終わったら、石けんを使って丁寧に手を洗う。

【参考文献】
・厚生労働省 過去の食中毒発生状況 (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_jiryou/shokuhin/syokuchu/04.html)
・厚生労働省 ノロウイルス食中毒予防対策リーフレット (<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzendu/0000182906.pdf>)
・農林水産省 冬に食中毒？ノロウイルスの予防と対処法 (<https://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/norovirus.html>)
・政府広報オンライン ノロウイルスに要注意！感染経路と予防方法は？ (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201811/3.html#thirdSection>)