

## ノロウイルスについて

ノロウイルスによる食中毒は、原因別の食中毒患者数の中でも6割を超え、大規模な感染になり易い食中毒です。発生も夏だけでなく冬の時期に約7割と多発しています。

予防については、手洗い等の健康管理が大切です。普段から感染しないように気を付け、少しでも症状があるときは、直接食品を扱ったりすることは避けましょう。手洗いを行う上では、汚れの残りやすい指先や指の間、爪の間や親指、手首までしっかり行いましょう。手洗いは、トイレの後、調理施設に入る前、料理の盛りつけや次の調理作業に入る前などです。

感染源は、感染した人が調理して汚染された食品を食べたり、ウイルスが蓄積された貝を食した時や、患者の便や嘔吐物による二次感染があります。感染してしまった場合、症状は感染から発症まで1～2日かかり主な症状は、嘔吐、吐き気、下痢や腹痛があり乳幼児や高齢者は嘔吐物を吸い込む事による肺炎、窒息も起こす事があります。

感染を広げない為には、食器等はすぐに消毒液に浸し消毒をする。嘔吐や便から二次予防するにはマスクやガウン、手袋を着用ししっかりと拭き取り、消毒液で消毒を行う事が大切です。

健康運動指導士