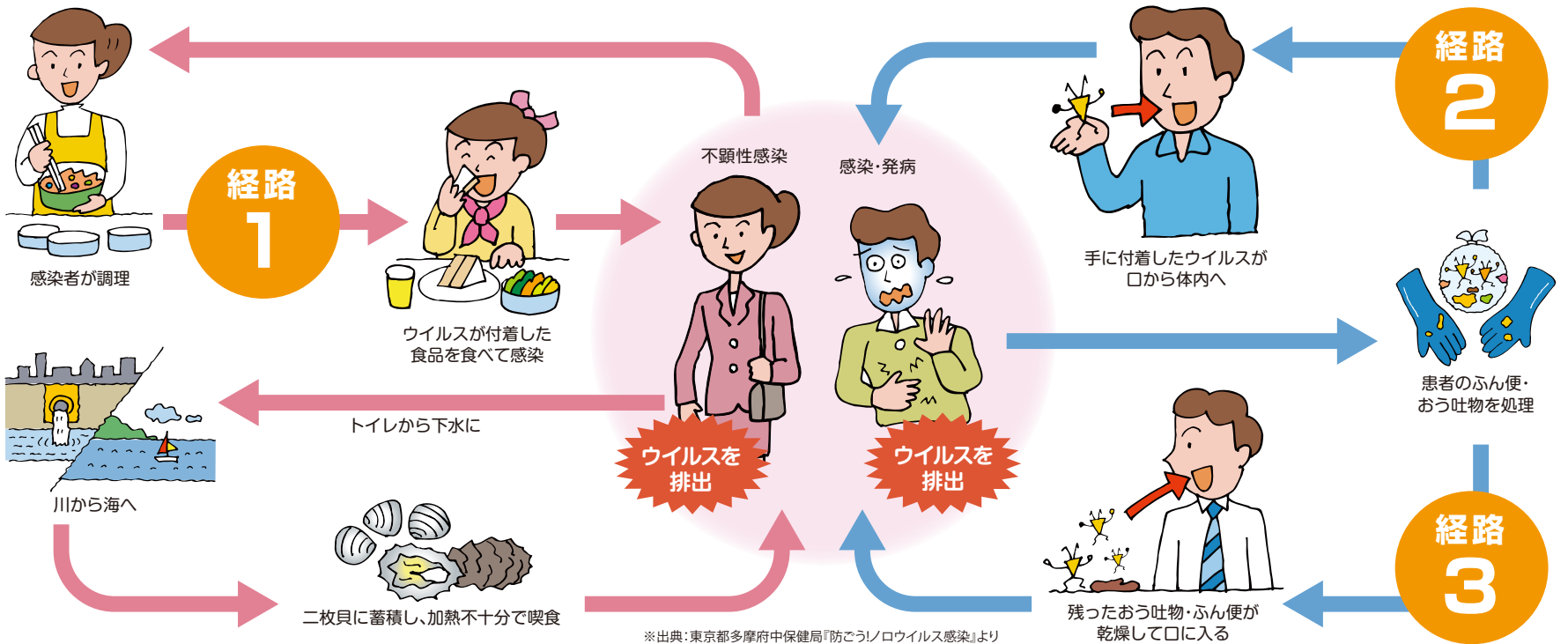


ノロウイルスに注意

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は、冬場に本格的な流行を迎えます。ノロウイルスに感染すると下痢、嘔吐、吐き気、腹痛などを引き起こします。子どもや高齢者は重篤化しやすいので、特に注意しましょう。



ノロウイルス 3種類の感染経路

一般的に症状は数日で快方に向かいますが、便には1週間程度、長い場合は1か月以上の長期間に渡りウイルスが含まれています。そのため便の中のウイルスが手指に付着すると、二次感染や集団感染の感染源となり、その感染経路は大きく3つに分類されます。

経路 1

食品媒介感染 (食中毒)

ウイルスに汚染された食品を食べたり、ノロウイルスに感染した人による調理で、食品や水が汚染され、それを飲食したことによる感染

経路 2

接触感染

感染した人の嘔吐物や便に触れ、それが手や指を介してウイルスが口から入る直接的な接触と、感染者の触ったドアノブなど、気づかないうちに触れる間接的な接触による感染

経路 3

飛沫・塵埃感染

感染者の嘔吐物や便が飛び散り、ノロウイルスを含んだ小さな粒子が口から入る感染と、感染者の嘔吐物や便の処理が不十分のため、それが乾燥して塵や埃となり空気中に漂い、それが口から入る感染

症状

ノロウイルスの感染による潜伏期間(感染から発症までの期間)は24~48時間で、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛が主な症状で、発熱は一般的に軽度(37℃~38℃)です。特に、突然の吐き気や嘔吐が特徴的で、室内等での嘔吐が部屋を汚染し、二次感染を引き起こす原因となります。一般的に、症状が1~2日続いた後、治癒し、後遺症は残りません。感染しても全く症状のない不顕性感染や、軽い風邪や悪寒、あるいは吐き気だけのような症状の場合もあります。しかし体力の弱い乳幼児や高齢者では、まれに嘔吐物を喉に詰まらせたことによる窒息や誤嚥性肺炎による死亡が報告されています。ご注意ください。

都筑区は横浜市内で平均年齢が最も若く、現在都市開発が進行中の元気な区です。価値観や生活様式が多様化するなか、「都筑区に住んで良かった」と思える地域を作り上げるため、しっかりと皆さんの声を市政に届けてまいります。

横浜市会議員 長谷川たくま

横浜市会議員(都筑区選出)

長谷川たくま (琢磨)

力強くたくましく



●昭和54年生まれ(37才) 横浜市都筑区東方町在住
●2015年4月横浜市会選挙 都筑区より初当選

ノロウィルスの予防と対策

効果的な予防方法は手洗いです。石鹸やアルコール消毒では死滅せず、手洗いでウイルスを洗い流すことが最も効果的な予防方法です。残念ながらノロウイルスを死滅させるには、次亜塩素酸(漂白剤)が必要です。なお、次亜塩素酸系消毒剤で、手や体を洗うのは危険なので絶対にやめてください。

やってみよう! 正しい手洗い方法

※出典:公益社団法人日本食品衛生協会「衛生的な手洗い」より



ポイント

2度洗いが効果的です!

②~⑨までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

対処療法

ノロウイルスにはワクチンや特効薬がありません。感染後は脱水症状防止のため水分補給が一番大切です。他には吐き気止めや整腸剤を飲むなどが一般的な対処療法とされています。

嘔吐物、便処理方法

感染者の嘔吐物や便にはノロウイルスが大量に含まれています。わずかな量のウイルスが体内に入っただけで簡単に感染しますので、処理方法には細心の注意が必要です。まず処理する人員を最小限にし、他の人は3m以上遠ざけ、最悪の事態を最小化します。処理する人はマスクと手袋を必ず着用し、うすめた塩素系消毒剤で嘔吐物や便の場所を中心に広範囲の消毒をしてください。またふき取った雑巾やタオルはビニール袋で密閉し、廃棄します。衣類が汚れた場合、洗濯機内部にノロウイルスが付着するので洗い方にも注意が必要です。



長谷川たくまはこう思う

横浜市議員(都筑区選出)

毎年11月頃から翌年の4月頃まで、ノロウイルス感染には特に注意が必要です。特に学校や高齢者施設などは、一度感染が始まると次々に感染が拡大します。感染が疑われた場合、保健所やかかりつけのお医者様に必ずご相談ください。それが御自身を守るだけでなく、御家族や御友人を守ることに繋がります。



トイレの使用後は、ふたを閉めずに流すと、水しぶきと一緒にウイルスが飛散するので必ず閉めて流しましょう。