

# ノロウイルス



北海道

## による感染症・食中毒を予防しましょう！

ノロウイルスは感染力が強く、ほとんどが手や食品などを介してウイルスが口から入って感染します。感染すると、1日から2日の潜伏期間の後、吐き気、おう吐、腹痛、下痢などの症状が出ます。多くは1～2日で回復しますが、回復後も1週間～1ヶ月の間、便の中にウイルスがありますので、注意が必要です。

### ノロウイルスはあなたの手から感染します!!

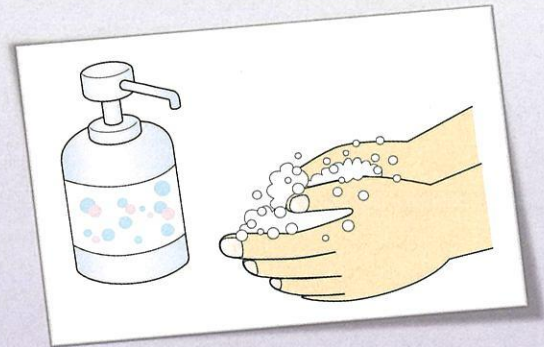
#### 効果的な手洗い

トイレに行った後や調理や食事をする前のていねいな手洗いがとても重要です。

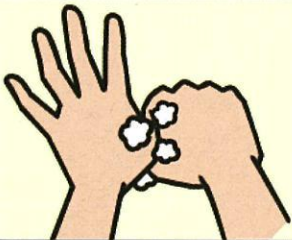
#### ポイント

- 温水で洗う、洗剤を使う。
- 手洗いを2回繰り返す。(2度洗い)
- タオルは共用せず、ペーパータオルなどで手をふき、よく乾かす。

\*最後にアルコールスプレーなどで消毒するとより衛生的です。



#### 汚れの残りやすいところをていねいに！



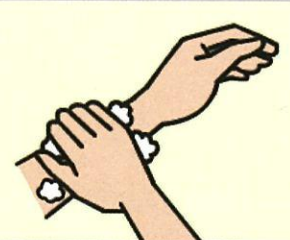
親指の付け根



指先、爪の間  
手のしわ



指の間



手首

#### 消毒

ノロウイルスの消毒には次の方法が有効です。

- 次亜塩素酸ナトリウム

(使用方法等は裏面を参照)

- 加熱

(食品の場合は中心温度85～90℃で90秒以上)



# 施設内感染の予防

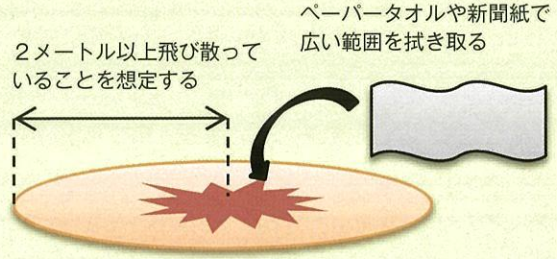
ノロウイルスは汚染物の不十分な処理で施設内に感染が広がります。おう吐物や便などを処理する際には、使い捨てのエプロン、マスク、手袋を着用し、正しい方法で消毒することで、施設内での二次感染を防止することができます。

○汚染物処理セットを用意しておきましょう。



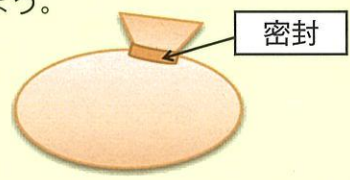
(バケツ、手袋、マスク、エプロン、消毒液、ペーパータオル、新聞紙、ビニール袋)

○汚染物が周囲に飛び散らないよう、消毒液を新聞紙やペーパータオルに浸して拭き取りましょう。



○汚染物を拭き取った後や、多数の人が触れる手すりやドアノブなどは消毒液で拭き取り、その後水拭きしましょう。

○拭き取りに使用したペーパータオル等はビニール袋に密封して廃棄しましょう。



汚染物が乾燥するとノロウイルスが空中に漂い、吸い込むことで二次感染を起こします。汚染物は放置せず、速やかに消毒しましょう。

## — 次亜塩素酸消毒液の使い方 —

・消毒液は、用途に合った濃度のものを用います。塩素系消毒薬を希釈して作りますが、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できます。

濃度		0.1% (1000ppm) 以上	0.02% (200ppm) 以上
用途		トイレ、汚染物がついた場所・物・衣類など	厨房内、日常的な清掃 (ドアノブ・蛇口)、食器、器具など
希釈方法	500ml 作るとき	原液10mlを水で500mlに希釈	原液2.5mlを水で500mlに希釈
	2ℓ 作るとき	原液40mlを水で2ℓに希釈	原液10mlを水で2ℓに希釈

※原液の次亜塩素酸ナトリウム濃度が6% (例：ピューラックス) の場合

## — 使用時の注意事項 —

- ① 製品の「使用上の注意」を必ず確認してから使用してください。
- ② 手荒れの原因になるので、手指消毒には使用しないでください。
- ③ 十分に換気をしながら消毒してください。
- ④ 他の洗剤と混ぜないでください。(酸性洗剤と混合すると有毒な塩素ガスが発生します。)
- ⑤ 金属腐食性があるため、消毒後は洗い流すか、水拭きしてください。
- ⑥ 希釈した消毒液はなるべく早く使用するようにしましょう。
- ⑦ 保管する場合は、誤って飲むことが無いように消毒液であることを明記して、冷暗所、もしくは遮光性のある容器で保管してください。

## 施設等で調理をされる方などは、次のことにも気をつけましょう。

- 普段から感染しないように食べ物や家族の健康状態に注意する。
- おう吐や下痢などの症状があるときは食品を取り扱う作業をしない。
- 症状があることを、速やかに責任者に報告する仕組みを作る。

