

ノロウイルスにご注意を

◆ノロウイルス感染症とは

ノロウイルス感染症は、乳幼児から高齢者までの幅広い年齢層に急性胃腸炎を引き起こすウイルス性の感染症です。長期間免疫が成立しないため何度もかかります。

主に冬場に多発し、11月頃から流行がはじまり12～2月にピークを迎えますが、年間を通して発生します。原因ウイルスであるノロウイルスの増殖は人の腸管内のみですが、乾燥や熱にも強いうえに自然環境下でも長期間生存が可能です。感染力が非常に強く、少量のウイルス(10～100個)でも感染・発症します。

◆ノロウイルスの症状

ノロウイルスは体内に入った後、小腸の上皮細胞で増殖し、胃の運動神経の低下・麻痺が伴うために「腹痛・下痢・吐き気・嘔吐」の症状を引き起こします。潜伏期間は12～48時間です。

胃をひっくり返すような嘔吐もしくは吐き気が突然、強烈に起き

るのが特徴です。

発熱は約37～38℃の軽度で、大人では吐き気や腹部膨満感といった症状が強いようです。発症後、通常であれば1～2日程度で症状は治まります。

下痢は水様性で、重症例では1日に十数回も見られますが、通常は2～3回で治まります。その他の症状としては、発熱のほか、筋肉痛、頭痛などが見られますが、後遺症が残ることもなく、いずれも軽症です。

◆かかってしまった時の対処法

ノロウイルスには有効な抗ウイルス剤がなく、対症療法が行われます。特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者が感染すると「脱水症状」になりやすいので、症状が落ち着いたら時に、少しずつ水分補給を行ってください。乳幼児の場合、ジュースや牛乳など濃い飲み物を与えたり、一気に飲ませると吐き戻してしまうことがありますので注意してください。

脱水症状がひどい場合には、病院で点滴を行うなどの治療が必要となります。なお、下痢症状がひどいからといって、強い下痢止め

を服用すると、ウイルスが腸管内に溜まり、回復を遅らせることがありますので注意して下さい。また嘔吐物によって気道が塞がり「窒息」を起こすことがあるので、よく観察することが大切です。

◆適切な汚物の処理方法

汚物(嘔吐物や排泄物)には、ノロウイルスが大量に含まれている可能性があります。感染の拡大を防ぐために次のポイントを守って「すばやく」「適切に」処理してください。

- 使い捨ての手袋、ガウン(エプロン)、マスクなどを着用すること。
- 処理する人以外は、汚物に近づかないこと。
- 効果的な消毒液を使うこと。
- 十分に換気すること。
- ウイルスは広く飛散し、高く舞い上がるため、広範囲の壁や床を洗浄すること。
- 処理後には手洗いを2度行い、うがいをすること。

○お問い合わせ

本庁 健康福祉課 保健衛生係

☎ 43-2836

佐賀支所 地域住民課 保健センター

☎ 55-7373

消毒液はペットボトルで簡単につくれます

台所用塩素系漂白剤を原液とした場合の作り方

【通常のお掃除用】

約0.02% キャップ1杯弱

1Lのペットボトルに水を入れ、キャップ1杯(5ml)の漂白剤を加える



【汚染がひどい場所用】

約0.1% キャップ2杯

500mlのペットボトルに水を入れ、キャップ2杯(10ml)の漂白剤を加える



※家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)を原液とした場合。