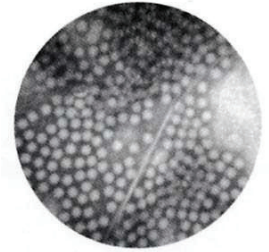


ノロウイルス食中毒にご用心！！

食中毒といえば 夏場に発生するものと思われがちですが、最近、冬場にノロウイルスによる食中毒が多発しています。

○ノロウイルスとは？

- ・ノロウイルスは食品中では増殖せず、ヒトの腸管内で増殖し、通常1～2日の潜伏期間を経て発症します。
- ・主な症状は、下痢、嘔吐、腹痛、発熱などで、通常3日以内に回復しますが、症状が治まった後でも1か月程度は糞便中にウイルスが排出され続けますので、二次感染にも注意しましょう。
- ・ノロウイルスは100個以下という少量でも体内にはいると感染し、患者の便や嘔吐物には、1グラムあたり100万個から10億個のウイルスが含まれるので注意が必要です。

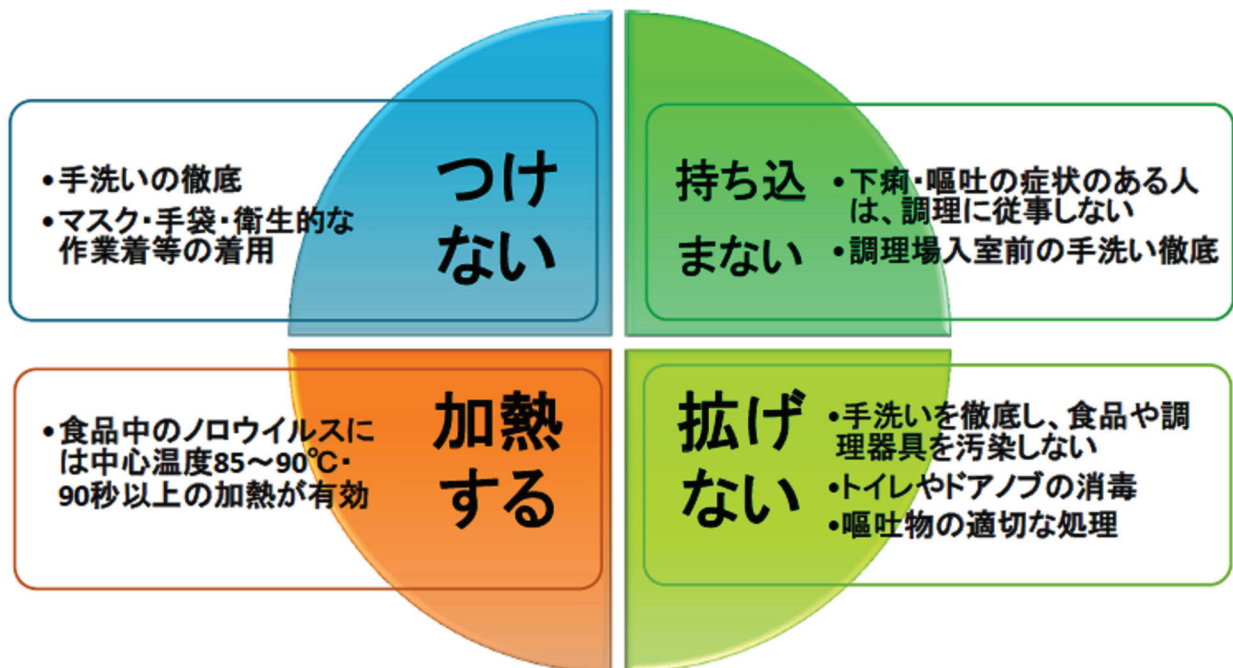


ノロウイルス（電子顕微鏡写真）

○食中毒の原因は？

- ◆感染した調理従事者が食材を汚染する場合
ノロウイルス食中毒事例のうち、8割以上はノロウイルスに感染した調理従事者による食材の二次汚染が原因となっており、その半数以上は自覚症状がない不顕性感染者からの汚染であると言われています。いずれの場合でも、感染した調理従事者が手洗い不足などで調理し、食品を汚染することで食中毒が発生します。
- ◆二枚貝が原因となる場合
ノロウイルス食中毒は、カキなどの二枚貝が原因となるイメージが強いですが、二枚貝などの食材由来の食中毒事例は全体の1割以下です。二枚貝はノロウイルスを蓄積するので、生食や加熱不十分で喫食した場合、食中毒が起こることがあります。

○ノロウイルス食中毒の予防のための4原則！！



※・患者の便や吐物は乾燥させないように、また手袋等をして処理して下さい。
(ノロウイルスに対して効果のある消毒法は加熱と塩素系漂白剤です。エタノールや逆性石けんはあまり効果がありません。)

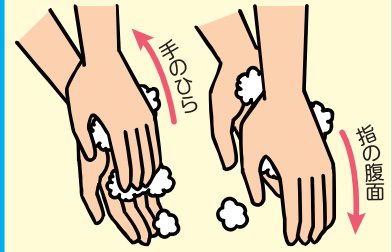
できていますか？ 衛生的な手洗い



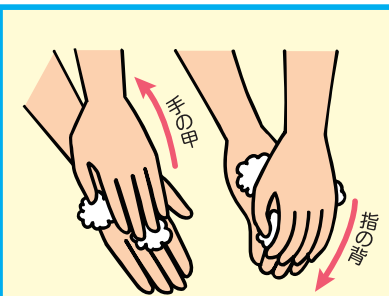
1 流水で手を洗う



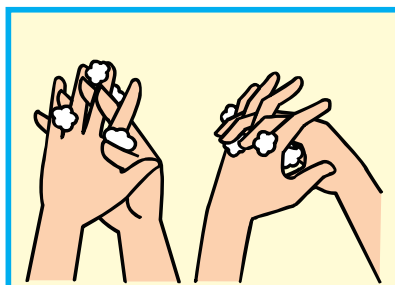
2 洗浄剤を手取る



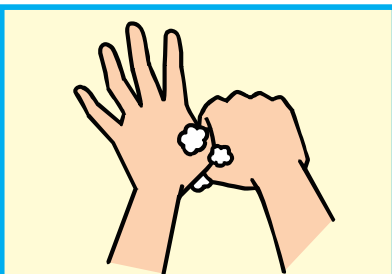
3 手のひら、指の腹面を洗う



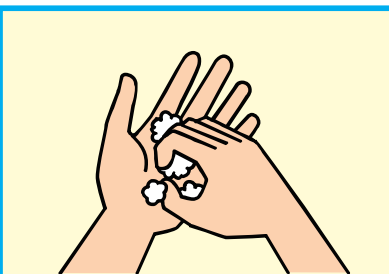
4 手の甲、指の背を洗う



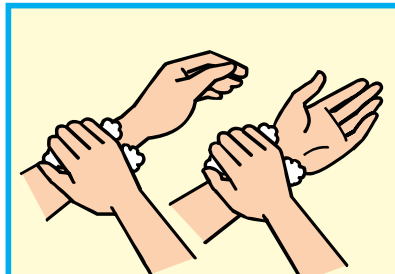
5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う



6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7 指先を洗う



8 手首を洗う (内側・側面・外側)



9 洗浄剤を十分な流水でよく洗い流す



10 手をふき乾燥させる



11 アルコールによる消毒

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。