

こどもの病気対策法^⑬

ノロウイルス感染症

小宅医院 小宅民子

ノロウイルスは嘔吐、下痢を主症状とする急性胃腸炎の原因ウイルスのひとつです。

11月頃から増加しはじめ、12月～3月がピークとなります。乳幼児から高齢者まで幅広く感染します。

ノロウイルスに汚染されたカキなどの二枚貝を生または加熱せずに食べた場合、調理者や配膳者が感染していて、ノロウイルスに汚染された手指が触れた食材を食べることなどで感染します。便や吐物にくまれるウイルスが手指を介して口に入ることでもうつります。また、吐物や排泄物が乾いて空気中にまいあがり、そのウイルスを吸い込むと感染します。

潜伏期間は12時間から48時間と短く、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛等の症状があらわれます。突然、吐き気や嘔吐を発症し、続いて下痢、腹痛が起きます。発熱は軽度で、ほとんどもが2～3日で回復します。症状が続くと脱水やけい

れんをひきおこし、入院が必要となります。また、症状が消失しても2～3週間は便中にウイルスを排出するといわれています。

ノロウイルス感染症に特效薬はありません。脱水にならないように水分補給が重要です。

感染を予防するためには、手洗いをし、食品はしっかりと熱を通して食べるようにしましょう。吐物や排泄物を処理するときは、使い捨て手袋やマスクを用い、乾かないうちにすばやく処理し、消毒しましょう。ノロウイルスはアルコール消毒が無効です。熱湯（1分以上）や、次亜塩素酸ナトリウムで消毒して下さい。消毒液は、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。ノロウイルスは、感染力が強く、長期間排泄されます。多くの人が触れるドアノブや手すりなどはこまめに消毒しましょう。

ノロウイルス感染症の5つのポイント

- ・ 冬に流行する急性胃腸炎
- ・ 症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛
- ・ 特效薬はなく、水分補給が重要
- ・ 熱湯（1分以上）や次亜塩素酸ナトリウムで消毒
- ・ ドアノブや手すりの消毒：家庭用塩素系漂白剤(5%)10ml＋水2.5ℓ
吐物や排泄物の消毒：家庭用塩素系漂白剤(5%)10ml＋水0.5ℓ

