

# ノロウィルスについて

---



Avenir

2019 Dec.

- ・ ノロウィルスとは？
- ・ 感染経路は？
- ・ 予防するときの3つの注意点
- ・ 予防のための3つのポイント
- ・ オフィス内で発生したら

# ノロウイルスとは？

ノロウイルスは**ヒトの小腸粘膜で増殖**するウイルスです。  
冬季を中心に、年間を通して胃腸炎を起こします。会社などで  
発生した場合は、**集団発生**につながる可能性があります。

## 症状



- ☐ 下痢
- ☐ 吐き気
- ☐ 嘔吐
- ☐ 腹痛
- ☐ 発熱

## 治療



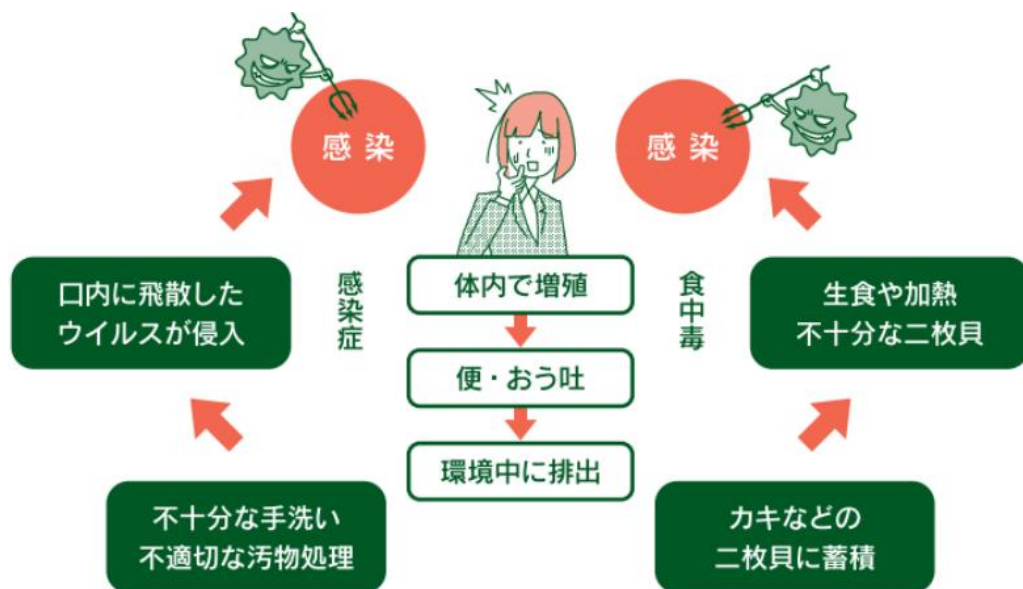
- ☐ 水分・栄養補給
- ☐ 重症時は点滴

ノロウィルスの潜伏  
時間は**24～48時間**！



# 感染経路は？

ノロウイルスの感染経路は**ほとんどは経口感染**です。  
しかし、感染者の汚物と接触した手を介しての**接触感染**や  
飛び散った汚物による**飛沫感染**。汚物の処理が不十分だった場合、  
乾燥した汚物が空気中に飛び散ることで**空気感染**も起き、  
**感染力の高い**ウィルスです。



◆毎年、11月くらいから発生件数は増加しはじめ、12月～1月が発生のピークとなる。  
◆便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれているため、後処理には要注意。



# 予防するときの3つの注意点



## ノロウィルスは非常に強いウィルス



### アルコール消毒は 効果なし

- ・ アルコールなど一般的な消毒液は効果なし。
- ・ ハイター等の家庭用漂白剤を薄めて使用。
- ・ どのように薄めればいいのか、容器に記載して 準備しておく、いざというときに迅速に行動できる。

### 乾燥に強い

- ・ 嘔吐物から空中に舞ってしまうと環境中でも感染力を失わず存在。
- ・ とても感染力の強いウィルス。
- ・ 片付ける時は外側から内側にかけて拭き、飛び散らせない工夫が必要。

### 下痢止めは使わない

- ・ ノロウイルスに効果のある抗ウイルス剤はありません！
- ・ 十分な水分・栄養補給が重要です。
- ・ また、下痢止め薬は、病気の回復を遅らせることがあるのでNG！

# 予防するときの3つのポイント



## 1. 調理と配膳

- ・ カキなどの二枚貝は中心部まで十分に加熱（**85℃～90℃で90秒間以上**）してから食べる。湯通し程度の不十分な加熱ではウイルスの感染力は落ちない。



## 2. おう吐物・下痢便の処理

- ・ ノロウィルスはアルコール消毒液にも強く、適切な処理方法が必要。
- ・ 用便後、手洗いが不十分な感染者が調理を行うと、食品がウィルスに汚染。生鮮食品（野菜、果物など）は十分に洗浄。



## 3. しっかり手洗い

- ・ トイレの後・調理時・食事の前は入念に行う。
- ・ 清潔なタオルを使用し、感染者とタオルは分けることが望ましい。

# オフィス内で発生したら

## オフィスに常備しておきたい 「ウイルス感染対策キット」

- ☑ 使い捨て手袋
- ☑ 使い捨てマスク
- ☑ ガウンやエプロン  
(できれば使い捨てできるもの)
- ☑ 使い捨てのペーパータオルや布
- ☑ ビニール袋
- ☑ 次亜塩素酸ナトリウム  
(塩素系漂白剤でも可)
- ☑ 専用バケツ



### ◇塩素系消毒剤の薄め方◇

500mlのペットボトルのキャップ  
が約5mlの容量。キャップ2杯の  
次亜塩素酸原液を500mlのペット  
ボトルに入れると、0.1%の消毒  
液が完成！



←1個あたり5mlの容量

- ① 汚染場所に関係者以外の人が近づかないようにします。
- ② 処理をする人は使い捨て手袋とマスク、エプロンを着用します。



カーペット等は色が変わる場合があります。

- ③ おう吐物は使い捨ての布やペーパータオル等で外側から内側に向けて、拭き取り面を折り込みながら静かに拭き取ります。



同一面でこすると汚染を拡げるので注意してください。

- ④ 使用した使い捨ての布やペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れ処分します。



ビニール袋に0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込む程度に入れ消毒しましょう。

#### ※その他の留意点

- 吐物処理後は、調理や配膳などに従事しない。
- 可能ならば、吐物処理後にシャワーを浴びるのが望ましい。

- ⑤ おう吐物が付着していた床とその周囲を、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込ませた布やペーパータオル等で覆うか、浸すように拭きます。



次亜塩素酸ナトリウムは鉄などの金属を腐食するので、拭き取って10分程度たったら水拭きします。

- ⑥ 使用した着衣は廃棄が望ましいですが、消毒する場合は下記の手順で行います。

- ① 付着したおう吐物を取り除く(手袋着用)。
- ② 熱湯につけるか、0.02%の次亜塩素酸ナトリウムに30～60分つける(P.4を参照)。
- ③ 他のものと別に洗濯機等で洗濯する。



- ⑦ 手袋は、付着したおう吐物が飛び散らないよう、表面を包み込むように裏返してはずします。手袋は、使った布やペーパータオル等と同じように処分します。



処理後は手袋をはずして手洗いをします。