

やまもと保険健康新聞

ノロウイルス感染を予防しましょう

ノロウイルスは11月から翌年3月までの冬季を中心に流行する**感染性胃腸炎**の一種です。感染経路は、**ウイルスに汚染された食品**（二枚貝など）を食または十分に加熱せず食べることにより起こります。さらに、感染力が非常に強いことも特徴で、**人から人への接触感染にも注意**が必要です。

症状・特徴



感染後1～2日で発症、接触感染に要注意

- * おう吐、下痢、腹痛
- * 発熱（39度以下）
- * おう吐、下痢に伴う脱水症状



予防のポイント

①石けんで手洗い



調理前、食事前、トイレ後
おう吐物の処理後

②食品は十分に加熱



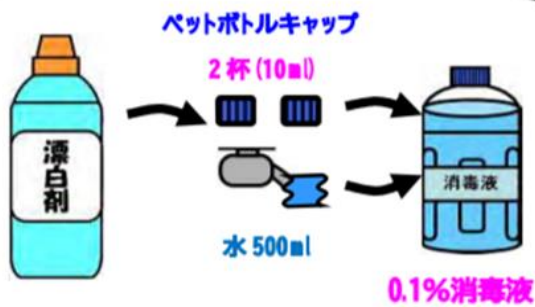
食品の中心部**85度・1分以上**
を目安に、十分に加熱

③調理器具の消毒



市販の漂白剤※や
熱湯を活用

おう吐物や便で**汚染された場所**
汚染された衣に使う場合



調理器具・ドアノブ・床
トイレに使う場合



⑨この消毒剤は作り置きができません。必要時に作って使い切るようにしましょう。

感染を広げないための おう吐物、便等の処理のポイント



おう吐物、便の処置に使用した新聞紙や布類等も
密閉して捨てる



もし「おかしいな？」と思ったら、無理して出勤しないでください。**あなたが感染源になる可能性があります。**

仕事のことは気になりますが、この場合優先させるのは、体調不良を改善させることです。早目の受診など、自分のため、家族のため、会社のための対応をしてください。

