

ほけん通信。

大阪府立桃谷高等学校 H29年10月31日発行

ノロウイルスによる感染性胃腸炎に注意

指導/北里大学 北里生命科学研究科 大学院感染制御科学府 ウイルス感染制御学 I 教授 片山 和彦 先生

寒くなると、ノロウイルスに感染することで起こる胃腸炎が増えてきます。ノロウイルスは感染力が強く、感染者の便や嘔吐物が飛散して、付着することで感染が拡大しやすい感染症です。手洗いによる予防と、感染源となる嘔吐物などの適切な処理が感染の拡大を抑えます。

ノロウイルスに感染すると……

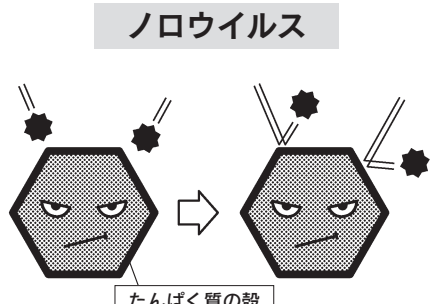
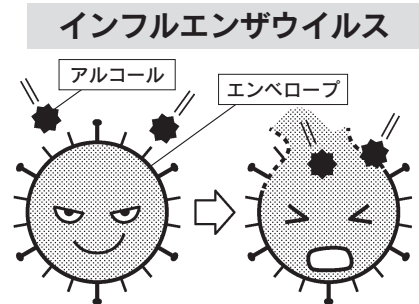
一般的な食中毒は、数百万の細菌が体内に入ることによって感染するのに対し、ノロウイルスは体内に100個程度入っただけで感染します。しかも、体内で増殖し、感染者の便には1g中に1億個、嘔吐物には1g中に100万個のウイルスが含まれ、感染源となります。

感染して起こる症状としては、激しい嘔吐や下痢などがありますが、人によっては症状があまり出ないこともあり、気づかないうちにほかの人に感染させることもあります。これを「不顕性感染」といいます。



ノロウイルスの特徴

インフルエンザウイルスなどが「エンベロープ」と呼ばれる脂を含んだ膜に包まれているのに対し、ノロウイルスが包まれているのはたんぱく質の殻です。エンベロープはアルコールに弱いので、インフルエンザウイルスはアルコールで消毒することができます。しかし、ノロウイルスのたんぱく質の殻はアルコールで壊しにくいので、アルコール消毒による効果が期待できません。



ノロウイルスの感染を防ぐには

ノロウイルスの予防で効果的なのは「手洗い」です。ただし、手をさっと水で流しただけでは、ウイルスをきちんと落とすことができません。石けんを使い、手のひらや甲、指の間、指先や爪、手首などをしっかりと洗うことで、手についたウイルスを洗い落とすことができます。

手洗いの時間・回数による効果

手洗いの方法	手の残存ウイルス数
手洗いなし	約100万個
流水で15秒手洗い	約1万個
石けんで60秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎ	約10個
石けんで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎを2回繰り返す	数個

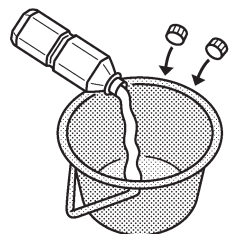
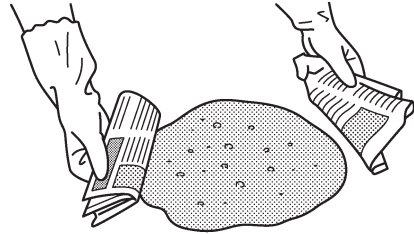
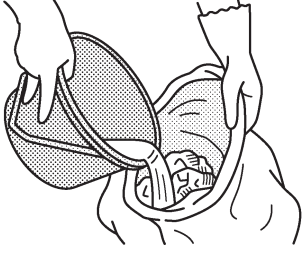

出典 東京都健康安全研究センター『感染症学雑誌』80,2006

嘔吐物の処理法

ノロウイルスの感染者の嘔吐物には、大量のウイルスが入っています。しかも、ノロウイルスは乾燥すると空気に乗って、周辺に広がっていきます。嘔吐物は、適切に処理をして感染の拡大を防ぐことが大切です。

処理に必要なもの

マスク、エプロン（使い捨てのもの）、手袋（使い捨てのもの）、バケツ、ペットボトル（500mL）、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）、新聞紙（ペーパータオル）、ビニール袋

①準備をする	②嘔吐物を拭き取る
 <p>0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液 次亜塩素酸ナトリウムは市販の塩素系漂白剤の成分です。漂白剤の原液10mL（ペットボトルのふた2杯分）に対し、水500mLを加えることで、濃度が約0.1%*になります。</p>	
<p>マスク、エプロン、手袋を装着し、次亜塩素酸ナトリウム溶液を作り、バケツに入れておきます。</p>	<p>新聞紙やペーパータオルで、嘔吐物を外側から内側にかけて静かに拭き取ります。</p>
③拭き取ったものの処分・消毒	④床の消毒
 <p>拭き取ったものをビニール袋に入れ、次亜塩素酸ナトリウム溶液を入れて消毒します。</p>	 <p>嘔吐物が付着していた床に新聞紙（ペーパータオル）を敷き、その上から次亜塩素酸ナトリウム溶液を染み込ませて消毒します。</p>

床を消毒したら、手袋やマスク、エプロンをビニール袋に入れて処分し、手をしっかりと石けんで洗います。

*次亜塩素酸ナトリウムが5%の濃度の塩素系漂白剤を使用した場合です。