

【 ノロウイルス食中毒について 】

冬場は特に注意が必要ですが、一年を通してノロウイルスによる食中毒は発生しています。

【感染経路】

ノロウイルスはほとんどが経口感染で、次のような感染経路があると考えられています。

・汚染されたカキ等の二枚貝からの感染

汚染されたカキ等の二枚貝を生あるいは加熱不十分で食べることによる感染。

・食品取扱者からの感染

ノロウイルスに感染した食品取扱者が、手洗いが不十分なまま調理をすることによって食品が汚染。その汚染された食品を食べることによる感染。

・ふん便や嘔吐物からの感染

ノロウイルスが大量に含まれるふん便や嘔吐物の処理の際に手指に付着したウイルスによる二次感染。あるいは、不適切な処理により残ったふん便や嘔吐物が乾燥して空中に舞い、ヒトに感染。

【症状】

概ね1～2日間の潜伏期を経て症状が現れます。主な症状は下痢、嘔吐・吐き気で、その他、腹痛、発熱、頭痛等風邪のような症状が見られることもあります。症状がなくなっても、患者便には1週間程度長いときには1ヶ月程度ウイルスの排出が続きます。そのためトイレなどを介しての感染に注意が必要です。

【予防方法】

1. 火を通す料理は十分に加熱しましょう

二枚貝等のノロウイルス汚染のおそれのある食品の場合は、中心温度85℃から90℃で90秒間以上十分に加熱して下さい。

2. しっかり洗浄・殺菌しましょう

使い終わったまな板・包丁などについていたウイルスが、次に扱った食品を汚染すること考えられますので、調理器具は徹底的に洗浄・殺菌を行なってください。

ノロウイルスに対する消毒には、次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度200ppm)が有効です。

また、まな板、包丁、へら、食器、ふきん等は熱湯(85℃以上)で1分間以上の加熱が有効です。

3. 手洗いを徹底しましょう

こまめな手洗いが大切です。トイレに入った後はもちろんのこと、調理の前にもハンドソープを使って入念に手洗い(2度洗い)をしてください。