

家庭でできる食中毒予防

アルコール消毒が効かない？ ノロウイルスの特徴

• 感染力が強い

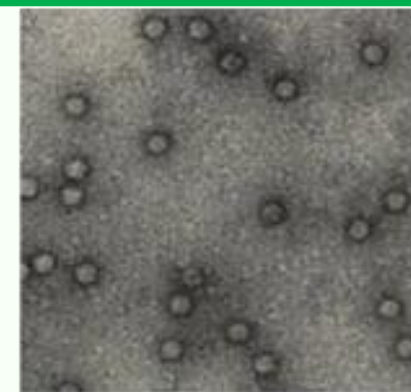
少ない量のウイルス（10～100個程度）で発症します。
黄色ブドウ球菌などは10万個以上で発症するのと比べると、ノロウイルスは非常に少ない量でも発症する感染力が強いウイルスです。

• アルコール消毒が効きにくい

アルコールは、ウイルスのエンベロープと呼ばれる脂質膜を破壊し、感染力を失わせます（不活化します）。ノロウイルスはこのエンベロープをもたないので、アルコール消毒に強い（効きにくい）ウイルスです。

• 「症状がない＝安心」ではない

ノロウイルスによる発症期間はおおむね3～5日間で、早期に症状が回復します。
ノロウイルスに感染していても、症状が出ない人もいます。
症状がない又は消失しても、1～4週間程度、腸管内にウイルスを保有し、排泄されます。そのため、トイレを介した感染事例が多く報告されています。



「出典 (公社)日本食品衛生協会」

ノロウイルス

主な原因食品

... ノロウイルスに汚染された様々な食品
カキなどの二枚貝 等



ノロウイルスについて

食品内ではウイルスが増殖できず、人の腸内で増殖します。カキ等の二枚貝に蓄積されることが多く、冬季に多く発生する食中毒です。

感染者のおう吐物やふん便から、**手指等を介して食品を汚染し**、感染が広がる可能性があります。

発症までの時間・症状

食事後**24～48時間後**に、**吐き気、おう吐、腹痛、下痢、発熱**等の症状を引き起こします。

予防のポイント

① 石けんで、こまめに手洗い・うがい

トイレの後や帰宅時、食事前等に手洗い・うがいを行いましょう。また、手洗いの後に使用するタオル等は清潔なものを使用してください。

② 食品は中心部まで**85～90℃**で**90秒以上**加熱する

③ おう吐や下痢があったときは二次感染に注意する

ノロウイルスは、おう吐物やふん便を介して「二次感染」するおそれがあります。これら进行处理するには**熱湯や次亜塩素酸ナトリウム溶液での消毒**が有効です。