

# 要注意！！ノロウイルス

## 特徴

少ないウイルスでも、体内で増殖する怖いウイルス

- 11月～2月の**冬場**に多発
- 感染力が**とても強い**
- 何度も**感染する
- 石けんやアルコールにも**強い**
- 激しい**下痢**や**嘔吐**

## つけない

### 徹底した**手洗い**と調理器具の**洗浄・消毒**！

手洗いは、手指に付着しているノロウイルスを減らす最も有効な方法

石けん、アルコールに強いノロウイルスには…

### 次亜塩素酸ナトリウムが効果的！

【0.1%次亜塩素酸ナトリウムの作り方】

ペットボトル**500ml**の水に  
塩素系漂白剤(ハイター)キャップ**2杯**を加えるだけ！



## 原因

- 二枚貝(**牡蠣**など)の摂取による**経口感染**
- 感染した人が調理したものを食べたことによる**二次感染**
- 感染した人の**排泄物**、**吐物**から感染(**接触**・**空気**・**飛沫感染**)



## やっつける

牡蠣などの二枚貝は生や不十分な加熱で食べない！

**85℃**以上で**90秒**以上加熱で死滅

## 持ち込まない

調理場所にウイルスを持ち込まない！調理する人の**健康状態**に注意！

下痢・嘔吐の症状がある場合は調理しない

## 拡げない

感染した人の排泄物・吐物の**処理**は十分注意が必要！

※嘔吐物の処理手順参照

## 予防の4原則

「持ち込まない」「つけない」「やっつける」「拡げない」

