

保健管理センターニュース



発行：岐阜大学保健管理センター

TEL : 058-293-2174 FAX : 058-293-2177 E-mail : hokencen@gifu-u.ac.jp

No.127

2020/1/15

ノロウイルスを予防しよう！



ノロウイルスは、1年を通して発生し、特に11月～2月の冬に流行します。感染すると、1日から2日の潜伏期間の後、**嘔吐、下痢、腹痛、発熱**などの症状が現れます。子供や高齢者は重症化することがあります。正しい知識を身に着けて感染を防ぎましょう！

どうやって感染するの？

ノロウイルスは
感染力が強い！

二枚貝など生や加熱
不十分のまま食べてしまふ

感染しない、抜けないように
毎日の健康管理を

ドアノブや便座にウイルスが付着

感染者が調理した食べ物にウイルスが付着

感染

ウイルスの付着した
ドアノブなどに触れ、
手についたウイルス
が口に入る

ウイルスが付着した
食べ物を食べる

特効薬、ワクチンは
ありません！

効果的な予防策とは？

調理時には加熱殺菌を！

◆中心温度を85～90℃で
90秒以上加熱を



◆調理器具の消毒も忘れない



正しい手洗い

◆汚れが残りやすい場所も
石鹼でしっかりと洗浄を

洗い残しが起きやすい部分



爪は短く
時計・指輪は外す

タオルの共用は
危険

トイレ後・調理前
は手洗いを！

蛇口にウイルス
が付着している
可能性も

おう吐物などは 素早く確実に処理を



①使い捨てのマスク、ビニール手袋工
ペーパーでふき取る。ゴミ袋の封を閉じる

③汚染された場所を
0.02%次亜塩素酸
ナトリウム（ハイター
など）に浸したペー
パーで消毒する。ア
ルコールだけでは不
十分



もし感染者が出たら？

⚠ 症状が治まっても注意が必要！

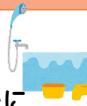
回復しても、その後1ヶ月間は便中にノロウイルスが排出される可能性がある
ので、感染を広げないことが大事！

洗濯物



◆感染者のものは
分けて最後に
◆吐物の付いたものは廃棄
または消毒・加熱殺菌を

お風呂



◆感染者は最後に
入浴
◆タオルはひとり一枚に

掃除



◆蛇口、ドアノブ、便座
などを消毒する
◆布団などはスチーム
アイロンで加熱殺菌

◆こまめに水分補給

◆下痢止めは厳禁

◆保温する

◆おう吐物で窒息しないよう
横向きに寝かせる

