

流行前から要注意！

ノロウイルス 対策

ノロウイルスの 特徴

- 10月から流行し、冬季にピークが
- 感染力が強く、胃腸炎症状を起こす
- 主な症状は下痢、腹痛、嘔吐



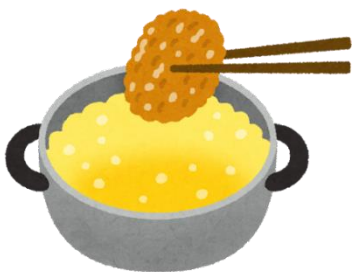
手洗い

外出から戻った時、トイレの後、
食品・食材などを取り扱うときは
こまめに手洗いを行う
(2度洗いが効果的です)



加熱

食品の中心部が
85℃～90℃で90秒以上



洗浄・消毒

中性洗剤で洗浄
次亜塩素酸ナトリウム希釈液に
浸漬



主な症状



腹痛



下痢



嘔吐

○症状がある時に気をつけることは？

1. 早めの受診を。
※下痢止めの薬は回復を遅らせる場合があります。
2. 症状喪失後、便にウイルスは2週間以上排出されます。
3. 入浴は最後にするか、シャワー浴にし、浴槽や洗い場は、洗浄後、0.02%の次亜塩素酸ナトリウムで消毒を。
4. 手ふきタオルやバスタオルの共用は避けましょう。
5. プールや公衆浴場などの利用はしばらく控えましょう。
6. 下痢、嘔吐等の症状がある場合は、調理を控えましょう。