

お薬のしおり

ノロウイルスについて No.63 (H18.12)

東京医科大学病院 薬剤部

厚生労働省は12月15日現在、45都道府県に対して感染性胃腸炎流行発生の「警報」を発令しました。ウイルスや細菌によって引き起こされる嘔吐や下痢を主な症状とする「感染性胃腸炎」は年間を通して発生しています。細菌による食中毒は夏場に多く、ウイルスによるものは冬場に多いのが特徴です。今年の秋・冬は特に各地でノロウイルスを原因とする症例の報告が増加しています。

ノロウイルスによる感染の症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛が主な症状で発熱は軽度です。これらの症状が1～2日続き治癒します。また、感染しても発症しない場合もあります。

ノロウイルスの感染原因としては、①ウイルスを取り込んだ2枚貝（カキやアサリなど）を生あるいは不十分な加熱で食べた場合、②食品を取り扱う人がすでに感染していて、その人を介して汚染した食品を食べた場合、③感染した人の嘔吐物・糞便が乾燥し空中に舞い、舞ったウイルスが口に入る場合、などがあります。年齢を問わず感染しますが、比較的体力のない乳幼児や高齢者などで症状が重くなる場合があります。特に保育園や小学校、高齢者施設など集団生活を送っている施設では、集団感染を起こすことがあります。保育園、小学校での集団感染の大半は、誰かがまずノロウイルスに感染し、施設内で人から人へ感染して広がっていくというものです。また、冬季に感染性胃腸炎が多くなる理由としては、日本人の生ガキを食べるという食習慣や忘年会・新年会などで人が集まる機会が多いということも関係していると考えられます。

現在、ノロウイルスに効果のある抗ウイルス薬は残念ながらありません。また、抗生物質も効果はありません。かえって下痢



の期間が長くなることがあります。このため、対症療法が中心となります。特に体力のない乳幼児、高齢者は脱水症状を起こさないよう、水分と栄養の補給を充分に行います。その他には、吐き気止めや整腸剤などの使用が一般的です。下痢止め薬は、下痢が長引く場合に使用することもあります。最初から使用するべきではありません。

また、ノロウイルスには予防ワクチンもなく、その感染を防ぐことは簡単ではありません。最も重要で、効果的な予防方法は「流水・石けんによる手洗い」です。トイレの後、調理の前後、食事前などに流水・石けん（液体石けんが推奨されます）による手洗いを充分に行います。また、貝類を食べる場合は充分に加熱（85℃以上）して調理します。ウイルスに感受性の高い子供に生ガキを食べさせるのは感心できません。貝類を調理した調理器具は熱湯に1分以上浸して消毒しましょう。

嘔吐物・下痢便を処理する場合、マスク、丈夫な手袋をしっかりと着用し、雑巾・タオルなどでしっかり拭き取ります。その後塩素系消毒剤（濃度200ppm以上：家庭用漂白剤では50～200倍程度に薄める）で嘔吐物や下痢便のあった場所を中心に広めに消毒してください。拭き取った雑巾などはビニール袋に入れて密封し、捨てることをおすすめします。

嘔吐物や下痢便などで汚れた衣類を洗濯する場合は、マスクと手袋をしてバケツでまず水洗いし、更に塩素系消毒剤（濃度200ppm以上）で消毒することをおすすめします。いきなり洗濯機で洗うと、洗濯機がウイルスで汚染され、他の衣類にもウイルスが付着してしまいます。

流行期には感染の機会はいたるところにあります。流行を阻止することは困難ですが、上記で紹介した内容を参考に、みなさんの家庭でできることから始めてみましょう。

