



ノロウイルス感染症について

嘔吐下痢症には細菌性とウイルス性がありますが、冬場に多いのがウイルス性とされています。冬季の嘔吐下痢症の代表ウイルスとして、ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルスなどがありますが、今回はみなさんが最も聞き覚えがあるノロウイルス感染症についてお話したいと思います。

○ノロウイルス感染症とは？

ノロウイルス感染症は一年を通して発生していますが、特に冬季に多く、毎年 11～2月頃に流行することがほとんどです。感染力が極めて強く、少量のウイルス（10～100 個）でも感染・発症します。また、ノロウイルスは「ノンエンベロープウイルス」であるため、アルコール消毒剤や熱に対する抵抗力が高いということも特徴のひとつです。

感染から発症までの潜伏期間は 1～2 日間で、主な症状として吐き気・嘔吐・水溶性の下痢・腹痛などがありますが、発熱は軽度です。なお、これらの症状は 1～2 日続き、その後改善していきます。

○感染経路は？

感染経路としては以下の経路が考えられます。

- ① **経口感染**：ノロウイルスに汚染された二枚貝を生、または十分に加熱しないで摂取したとき。
- ② **接触感染**：ノロウイルスに感染した人が十分に手を洗わなかったために、食品や、ドアノブ等の環境を汚染し、その汚染食品を食べたり、ドアノブ等に接触した手指等を介してウイルスが口から入ったとき。または、感染した人の下痢便や嘔吐物に触れ、手指等を介してウイルスが口から入ったとき。
- ③ **飛沫感染・空気感染**：患者の下痢便や嘔吐物が飛び散りその飛沫が口から入った場合や、嘔吐物や下痢便の処理が適切に行なわれなかったために残ったウイルスを含む小粒子が空気中を漂い、それが口から入ったとき。

○ ノロウイルス感染症に対する治療方法は？

現在、ノロウイルス等に対する抗ウイルス薬やワクチンはなく、つらい症状を軽減するための対症療法たいししょうりょうほうが行われます。（例えば、吐き気に対し制吐剤を使用する等）しかし、強い下痢止めはウイルスの体外排出たいがいはいしゅつを遅らせることがあるので、使用しないことが望ましいとされています。使用するとしても、整腸剤であるビオフェルミンやミヤBMといった乳酸菌製剤にゅうさんきんせいざいや酪酸菌製剤らくさんきんせいざいなどを使用します。また、嘔吐や下痢などの症状などにより体から多くの水分が失われるため、経口あるいは点滴等による水分補給により、脱水症となることを防ぐことが大切です。

○ ノロウイルス感染症の予防方法は？

ノロウイルスには有効なワクチンはありません。そのため、感染対策としてはウイルスを口に入れないことが最も重要です。①正しい手洗い・うがいを徹底する、②食品を十分に加熱する（85～90℃で90秒以上加熱）、③調理器具や共有で使用するときのウイルス除去を行う等を心がけましょう。

○ 適切な汚物の処理方法は？

感染者の下痢便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれています。患者の吐物や便を処理する時には、マスクや手袋を着用して直接触れないようにしましょう。また、処理に使ったタオルやマスク、手袋はビニール袋を使用し、密閉をして捨てるようにしましょう。さらに、汚染された可能性のあるものや場所は、次亜塩素酸ナトリウムじあえんそさんで消毒をしましょう。

《次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方》

用途	濃度	希釈方法
嘔吐物や下痢便等の汚染物の処理	1000ppm 消毒液 (0.1%)	家庭用塩素系漂白剤10ml +水→計500mLとする
ドアノブ・手すり等の感染者が触った可能性がある場所	200ppm 消毒液 (0.02%)	家庭用塩素系漂白剤 10ml +水→計2.5Lとする

※一般的な家庭用塩素系漂白剤の濃度は5%ですが、原液の濃度が異なることもあります。作りたい消毒液の濃度によって、使用する原液の量や希釈量を調節して下さい。

～お薬のことでご不明な点やご不安な点がある場合には、
医師又は薬剤師までご相談ください。～

