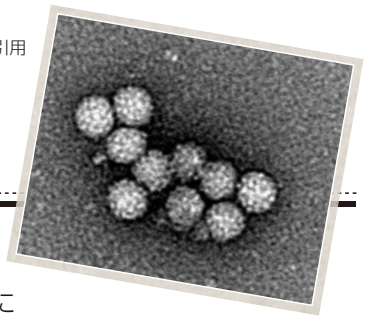
Pharmarise HOLDINGS
2025年 11月号 月刊
Pharmacy Press
薬局新聞
11 2025 November
症状

ノロウイルス これから注意する感染症

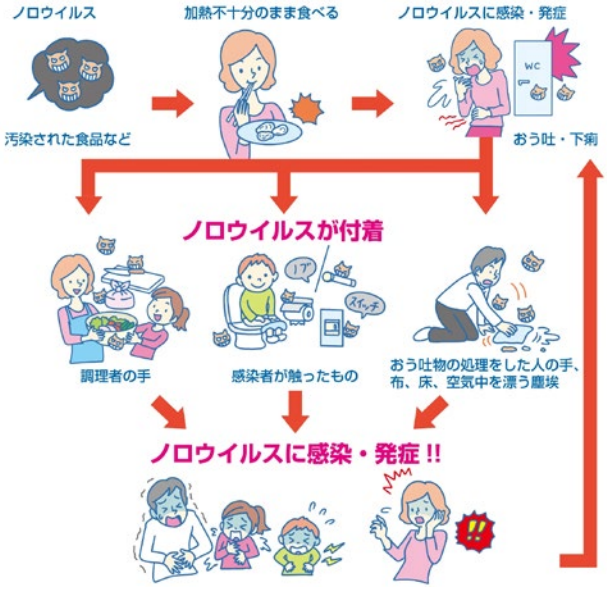
文献2)より引用



年間での原因別食中毒患者数の第1位がノロウイルスだということは、ご存知でしょうか？年間の食中毒患者数の約半分はノロウイルスによるもので、そのうち約6割は11月～2月に発生します。とても感染力が強く、大規模な集団感染を起こしやすいため注意が必要です。

潜伏期間と症状

潜伏期間は24～48時間で、症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱が多くみられます。感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のこともあります。乳幼児や高齢者は、嘔吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息または脱水症状にも注意が必要です。



主な感染経路 文献2)より引用

ノロウイルスを防ぐ4つのポイント

1.持ち込まない

普段から感染しないように、丁寧な手洗いや日々の健康管理を心がけましょう。腹痛や下痢等の症状がある時は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。

2.つけない

食品や食器、調理器具等にノロウイルスを付けないように、調理等の作業をする前の手洗いをしっかり行いましょう。

3.やっつける

ノロウイルスが付着している可能性のある食品は中心温度85℃～90℃、90秒以上の加熱を行ってください。使用した調理器具は、洗剤等で十分に洗浄した後、85℃以上の熱湯で1分以上加熱するか、次亜塩素酸ナトリウム消毒液に浸して消毒してください。

4.ひろげない

身近で発生した場合、他の食器や環境等の消毒を行いましょう。また、嘔吐物等の処理の際には、エプロン、手袋及びマスクを使用して二次感染しないように徹底しましょう。

消毒の注意点

塩素濃度200～500ppmの次亜塩素酸ナトリウム消毒液で消毒します。アルコールでは消毒できません。嘔吐物等に直接原液をかけると有毒ガスが発生することがあるため、使用する際には薄める必要があります。
※消毒対象によって必要な濃度は異なるので注意して下さい。

食器・カーテン等の消毒や拭き取り	200ppmの濃度の塩素消毒液
嘔吐物等の破棄(袋の中で廃棄物を浸す)	1000ppmの濃度の塩素消毒液

次亜塩素酸ナトリウムを含む家庭用の塩素系漂白剤からでも500ppm以上の消毒薬を作ることができます。以下のように商品によって作り方が違う為、注意が必要です。

【花王】 ハイター / キッチンハイター	水1Lに本製品25mL (商品付属のキャップ1杯)
【ミツエイ】 ブリーチ / キッチンブリーチ	水1Lに本製品10mL (商品付属のキャップ1/2杯)

最後に、普段の健康管理はもちろんの事、ノロウイルスを防ぐ4つのポイントを心掛け、感染を予防しましょう。

【参考文献】
・厚生省HP:感染性胃腸炎(特にノロウイルス)
・政府広報オンライン:ノロウイルスに要注意！感染経路と予防方法は？
・公益社団法人日本食品衛生協会:ノロウイルス食中毒とは？