

ノロウイルスによる感染性胃腸炎の予防について

感染を防ぐためのポイント

潜伏期間は？

ウイルスが体内に入ってから、1～2日程度です。

二次感染の期間

ノロウイルスに感染している間は、人に二次感染させる可能性があります。通常、便には2週間ほどウイルスが含まれていますので、感染者は手洗いや入浴の際に十分な洗浄が必要です。

感染の経路は？

ウイルスに汚染された飲食物を摂取するか、患者の糞便で汚染された物が手などを介して口に入ることにより起こる経口感染です。

感染予防の方法と期間

(1) 基本

ウイルスを付けない : 手洗い・調理器具や施設の衛生

ウイルスを殺す : 消毒・十分な加熱

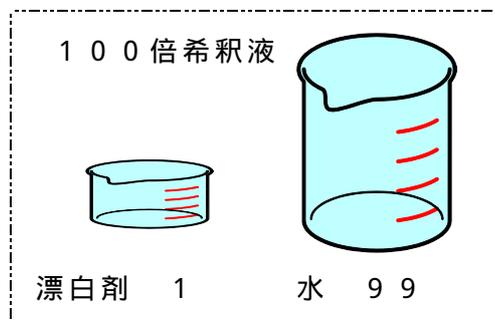
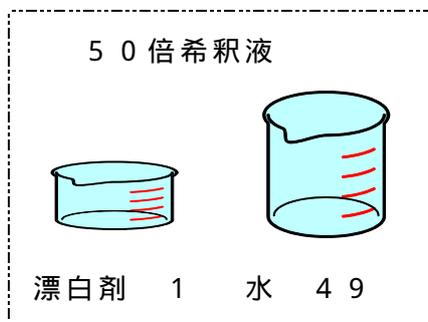
(2) 消毒等の注意は、ウイルスがでなくなるまで行うことがよいでしょう。

消毒薬の作り方

(1) 準備する薬剤 : 5% 次亜塩素酸ナトリウム

(塩素系漂白剤 : ハイター・キッチンキレイキレイ等)

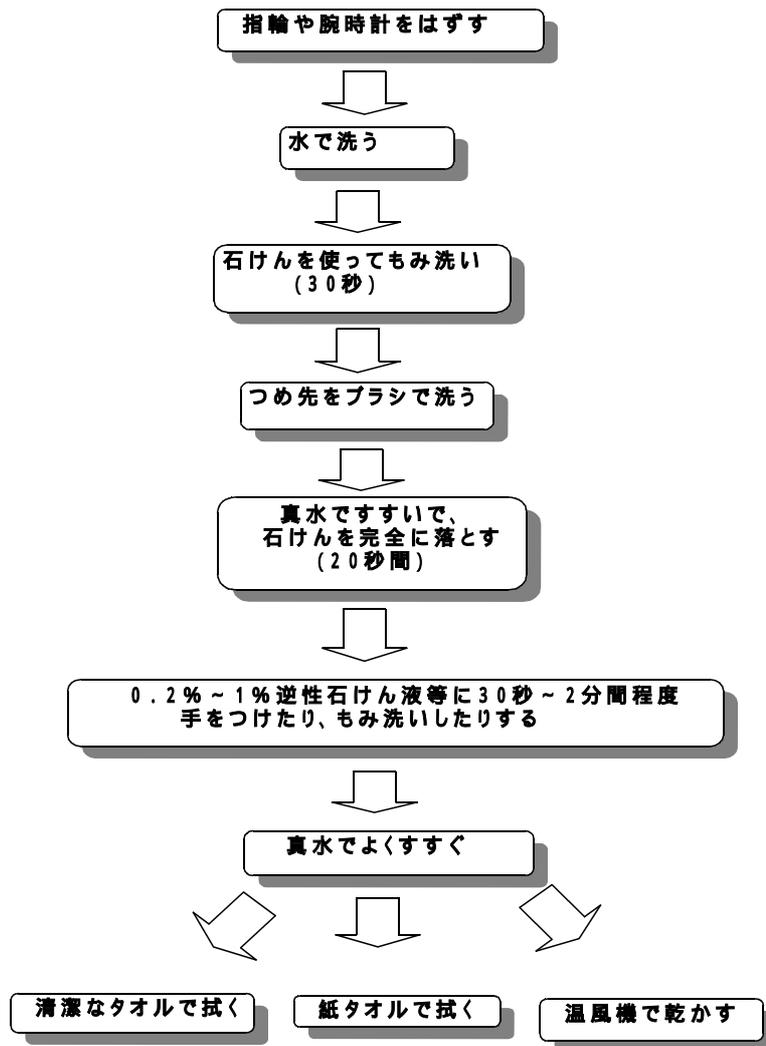
(2) 薄め方



消毒の方法と注意

手 洗 い

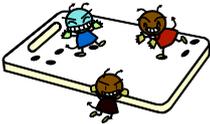
どんなときに？	方法は？	使う消毒剤は？
<ul style="list-style-type: none">・ 外出後・ 調理や食事の前・ 下痢をしている人のお世話をしたとき・ 感染者の糞便に触れたとき	<ul style="list-style-type: none">・ 必ず石けんで30秒以上もみ洗いし流水ですすぐ清潔なタオルで拭く	<ul style="list-style-type: none">・ 薬用石けん



入浴時

	注 意
患者が入浴する場合	<ul style="list-style-type: none"> ・シャワーかかけ湯を使う ・家族が入浴した後、最後に入る 特に患者の入浴した後に乳幼児を入浴させない
使用後の浴槽は	<ul style="list-style-type: none"> ・風呂の水は毎日替える ・浴槽用洗剤でよく洗う
バスタオルなどは	<ul style="list-style-type: none"> ・専用にする (家族と共用しない)

食品や料理器具、玩具などの取り扱い

	注 意	消毒方法
食品や食材	<ul style="list-style-type: none"> ・患者がいる家庭では、野菜を含め食品全てに十分な加熱を行い、食物の中心部まで熱が届くように調理する ・食材の盛りつけは、必ず箸やスプーンを使うようにし、おにぎりは直接手で握らず、ラップに包んで握る 	中心部の温度 85度以上で 1分間
まな板・包丁 	<ul style="list-style-type: none"> ・生肉が触れた生板、包丁などは使用後消毒をする 消毒後は日光などに当て乾燥させて保管する 	熱湯消毒 80度以上 10分間 漂白剤の50 倍希釈液に30 分以上浸す
たわし・ふきん スポンジ	<ul style="list-style-type: none"> ・ふきんは、枚数を多めに用意し、常に清潔な物を使う ・使用後よく洗った後消毒し、乾燥させてから保管する 	かのいづれ かの方法で消毒 する
食器・ほ乳瓶 おもちゃ	<ul style="list-style-type: none"> ・漂白剤での消毒の後は、流水でよくすすいだ後乾燥させる 	

感染者の糞便に注意

患者の便を処理する場合は、
ゴム手袋を使い汚染を防ぎましょう



	方 法	消 毒 薬
おむつ	<ul style="list-style-type: none"> ・おむつは紙おむつを使い、その後の手洗いは十分に行う 便に触れた場合には、直ちに流水で十分に手を洗い、消毒する ・紙おむつの処理は、ビニール袋を二重にして入れ、燃えるゴミに出す 	《おむつ》 漂白剤 50倍希釈液 に30分以上 つける
衣類 シーツなど	<ul style="list-style-type: none"> ・患者の衣類は他の家族とは別にして 消毒後、洗濯し天日で乾かす 	漂白剤 100倍希釈液 60分浸す
便座・便器 床・壁 トイレの 取っ手や ノブ等	<ul style="list-style-type: none"> ・漂白剤に浸した布などで拭く 痛みやすい材質はその後水拭きをする 	漂白剤50倍 希釈液
排泄物	<ul style="list-style-type: none"> ・排泄物・吐物などを捨てる時は 5分間以上浸した後、水を流す。 	漂白剤 50倍希釈液

次のホームページもご参照ください。

[北海道保健福祉部健康安全局のホームページ](#)
[北海道感染症情報センターホームページ](#)

