

◆ノロウイルス

毎年11月頃から翌年の4月にかけて、ノロウイルスの感染を原因とするウイルス性のおう吐・下痢症が流行します。特に保育園（所）、幼稚園、小学校などの子ども達が集団生活を送っている施設では、内部でヒトからヒトに感染し、爆発的に流行することがあります。

ノロウイルス感染症は、牡蠣（かき）などの2枚貝の生食による食中毒が有名ですが、保育園（所）、幼稚園、小学校などで発生した集団感染の大半は、誰かがまずノロウイルスに感染し、施設内でヒトからヒトへ感染して広がっていくというものでした。

このヒトからヒトへの感染力はきわめて強力です。食習慣の問題もあって、毎年発生するノロウイルス感染の流行を阻止することは残念ながら不可能ですが、その流行を最小限に食い止めることはできます。

●ノロウイルスの症状

主な症状ははき気、おう吐及び下痢です。通常は便に血液は混じりません。あまり高い熱とならないことが多いです。小児ではおう吐が多く、おう吐・下痢は一日数回からひどい時には10回以上の時もあります。感染してから発病するまでの「潜伏期間（せんぷくきかん）」は短くて10数時間～数日（平均1～2日）であり、症状の持続する期間も数時間～数日（平均1～2日）と短期間です。元々他の病気があったり、大きく体力が低下している等がなければ、重症になって長い間入院しないといけないということはまずありませんが、ごくまれにおう吐した物を喉に詰めて窒息（ちっそく）することがありますので注意してください。

●感染予防のために

学校、職場、施設内でノロウイルス感染によるおう吐・下痢症が発生しても、その最初の発端は家庭内での感染による場合が多いです。特に子どもや高齢者は健康な成人よりもずっとノロウイルスに感染し、発病しやすいですから、家庭内での注意が大切です。

1.最も重要な予防方法は手洗いです。帰宅時、食事前には、家族の方々全員が流水・石けんによる手洗いを行うようにしてください。

2.**貝類の内臓を含んだ生食**は時にノロウイルス感染の原因となることを知って

おいてください。高齢者や乳幼児は避ける方が無難です。

3.調理や配膳は、十分に流水・石けんで手を洗ってからおこなってください。

4.衣服や物品、おう吐物を洗い流した場所の消毒は次亜塩素酸系消毒剤（濃度は200ppm 以上、家庭用漂白剤の場合は約 200 倍程度に薄めて）を使用してください。

●ノロウイルスにかかってしまったら

特効薬はありません。症状の持続する期間は短いですから、その間に脱水にならないように、できる限り水分の補給をすること（場合によっては病院で点滴をしてもらって）が一番大切です。抗生物質は効果がありませんし、下痢の期間を遷延させることがあるので、ノロウイルス感染症に対しては通常は使用しません。その他は吐き気止めや整腸剤などの薬を使用する対症療法が一般的です。下痢が長びく場合には下痢止めの薬を投与することもあります。最初から用いるべきではありません。

（感染症情報センターより参照：<http://idsc.nih.go.jp/disease/norovirus/taio-a.html>）