

ノロウイルスの予防と対策

和歌山県立 白崎青少年の家

ノロウイルスによる食中毒の予防対策

ノロウイルスは、魚介類、牡蠣(二枚貝など)を生、または加熱不十分な状態で食べた時などに多くみられる食中毒の原因となるウイルスである。

人から人への感染力が極めて強いウイルスで、人によっては感染しても発症せずに、ノロウイルスを便から排出し続けている場合もある。

ノロウイルスは、乾燥に強く感染者のおう吐物やトイレの飛び跳ねの糞便からも感染することも考えられ、ホコリやチリなどに付着し、空中に舞うことでドアノブや手すり、キーボード、カーテン、日用品、床など人の手指が良く触れる場所に付着しやすい。

対策としては室内の換気をし、手指の洗浄をこまめに行い、手指の触れることの多い部分を消毒。牡蠣(二枚貝)などの生食を避け、十分に加熱(60℃程度では不活性化せず、食材の中心温度が85℃/1分以上)を加えることで不活性化できる。

【うがいでの予防対策】

口腔内の予防対策として、ヨード液のうがいが有効。

※ノロウイルスには、逆性石けんやアルコール消毒液はあまり効果がない。

【予防対策 まな板などの調理器具の洗浄と消毒】

予防対策として、窓を開け換気を行い、調理器具や食器など食事に使用するものや、手指の触れるものをよく洗浄し、台所用漂白剤(0.02%希釈)などで消毒する。

【まな板】

1. 中性洗剤を用い、たわしでよくブラッシングする。
2. 流水で十分にすすぐ。
3. 熱湯を注ぐか次亜塩素酸ナトリウム0.02%液に漬け込むなどの方法で消毒する。
4. よく乾燥して保管する。
5. 使用前には、もう一度よく洗う。
6. 食材に応じて、まな板を換える。

【スポンジ・たわし】

1. 使用後はよく水洗いし、洗剤を残さないようにする。
2. 熱湯を注ぐか次亜塩素酸ナトリウム0.02%液に漬け込むなどの方法で消毒する。
3. 2個以上のスポンジ・たわしを備え、消毒・乾燥・使用のサイクルを確保する。

【ふきん】

1. 使用後のふきんはよく水洗いする。
2. 次亜塩素酸ナトリウム0.02%液に10分以上浸し、消毒する。煮沸消毒も効果的。
3. 日光に当てるなどして、よく乾燥する。
4. ふきんを5枚以上用意し、用途別に使い分けし、こまめに取り換える。

【おう吐物の処理(対処)方法】

【服装】

・帽子

髪がおう吐物に触れないように束ね、帽子などをかぶる。

・マスクとゴーグル

ゴーグル、マスクを着用し、髪への付着、飛び散りや飛沫による感染を防ぐ。

・エプロン

ひざ下までのエプロン(ビニールなどで水分の染みこまないもの)、ひざまずいて処理を行う際に衣類への付着や飛び散りを防ぐため。

・ゴム手袋

2重に手袋をして、手指の傷や2次感染を防ぐ。

・靴カバー

床に付着したおう吐物に直接触れないようにする。



【用意するもの】

・次亜塩素酸ナトリウム

台所用塩素系漂白剤(5~6%の次亜塩素酸)の主成分。

・2Lペットボトル容器

・ビニール袋(大)／2枚

・ビニール袋(小)／1枚

・ペーパータオルまたは新聞

使い捨てのものを用意し、使用后、処理できるもの。



【次亜塩素酸ナトリウムの使用期限】

希釈した次亜塩素酸ナトリウムの使用期限は、汚れ(おう吐物などの有機物など)の混入が少なければ、高濃度液(0.1%以上)では、14日程度の使用が可能。しかし、低濃度(0.01%)では、有機物の混入による濃度低下が大きいので、24時間ごとに作り換えが必要である。

【次亜塩素酸ナトリウムの濃度の注意点】

高濃度で用いた場合、金属などを劣化(サビ)させる作用が強くなり、塩素ガスの発生量も多くなるので、適正濃度で用いる。

腐食しやすい金属などの材質のものには、85℃以上10分間などでの熱水や蒸気が有効。

【0.02%液を使うとき】

- ・調理器具 ・シンク、蛇口 ・ドアノブ、作業台、手すり ・トイレなどの共用設備
- ・汚物で汚れたリネン系 ・食器などの下洗いや、おう吐後にうがいをした場所
- ・糞便、吐物の処理後の床 ・おもちゃなど

【0.1%液を使うとき】

- ・糞便、おう吐物などの汚物の消毒処理







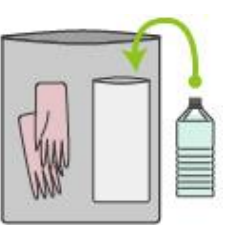
【おう吐物の処理時に注意すること】

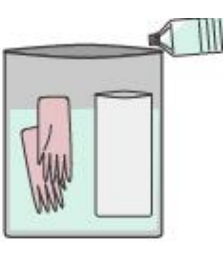



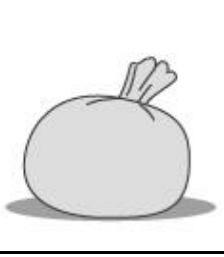
ノロウイルスに感染している場合、そのおう吐物や下痢便には大量のノロウイルスが含まれている。わずかな量のウイルスが体内に入っただけで容易に感染するので、飛び散りや飛沫などから感染を防ぐためにも、処理を行う人以外は、おう吐物から離れる。

有害な塩素ガスが発生するので、酸と混ぜない。

【おう吐物の処理手順】

※一般的な台所用塩素系漂白剤(5~6%次亜塩素酸ナトリウムを含んだ製品)の例。

<p>1</p> 	<p>窓を開けて空気中に浮遊するウイルスと塩素の刺激臭を外に出す。 ※おう吐物の処理には、高濃度0.1%の次亜塩素酸ナトリウムを使用するので、取り扱いには十分注意する。</p>
<p>2</p> 	<p>手袋やエプロンなどを着用する。 0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液を作る。 2Lのペットボトル容器に50mlの次亜塩素酸ナトリウムを入れ、ペットボトルにウイルスが付着しないようにビニール袋をかぶせる。 ※ペットボトルのキャップ一杯は約5ml。</p>
<p>3</p> 	<p>おう吐物の処理。 ペーパータオルまたは新聞でおう吐物を広く覆い、その上に0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液を注ぎ、10分以上放置する。 ※おう吐物は半径2m程度飛び散っている場合もある。 ※ビニール袋(大)の口は大きく開けておく。</p>
<p>4</p> 	<p>おう吐物の回収 おう吐物をペーパータオルごと外側からかき集めるように回収し、ビニール袋(大)に入れる。</p>
<p>5</p> 	<p>0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液を染みこませたペーパータオルで、床全体を拭く。 ※ひざの下にエプロンを引き込み、ウイルスの付着を防ぐ。 ※予防対策の場合、0.02%に希釈したものを使用する。 (ペットボトルのキャップに約2杯:10mlを2Lで希釈したもの)</p>
<p>6</p> 	<p>ペーパータオルに0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液を注ぎ、その上で足踏みする要領で靴の裏についたおう吐物を取り除き、ビニール袋(大)へ。</p>
<p>7</p> 	<p>1枚目の手袋を裏返ししながら外し、ビニール袋(大)へ。ペットボトルの蓋を閉め、ビニールを裏返しにして袋の表をさわらないように取り、ビニール袋(大)へ。</p>

8		<p>ビニール袋(大)に0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液をひたひたになるまで一様にぬれる程度にふりかける。</p>
9		<p>袋の中に空気が残らないように固く縛る。</p>
10		<p>片方の手袋を裏返ししながら外して、もう一つのビニール袋(大)へ。</p>
11		<p>おう吐物の入ったビニール袋を片方の手袋を入れたビニール袋に入れ、帽子、マスク、エプロン、もう片方の手袋などを外して入れる。 汚れている面に触れないように注意</p>
12		<p>最後に空気を抜いて固く縛り、一般可燃ゴミへ。 ※ゴミ袋に穴があいたりしないように、何枚かゴミ袋を重ねるなどする。 市町村などで、ゴミの出し方が違う場合、市役所などに確認する。</p>

【処理後】

おう吐物の処理後は、2回手洗い(ノロウイルスは、逆性石けん消毒用エタノールなどには抵抗力があるため、物理的に洗い流すことが重要)を行い、うがい、洗顔をする。

処理に使用したエプロン等は大きな感染源となるので、そのまま洗濯機で他の衣類と一緒に洗うと洗濯槽や衣類にノロウイルスが付着してしまうので、十分塩素消毒を行うか、捨てる。