

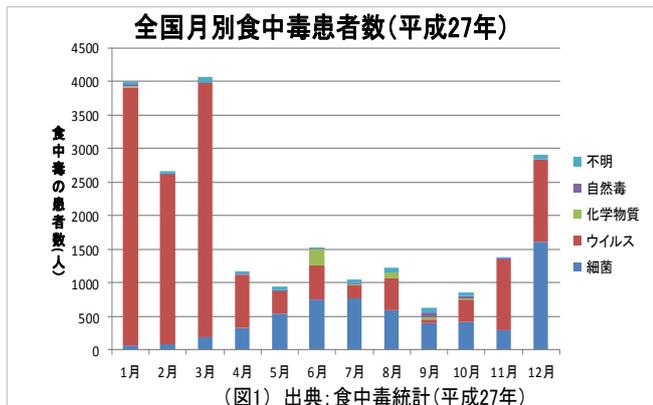
食中毒は冬に多い！

ノロウイルスに注意しよう。

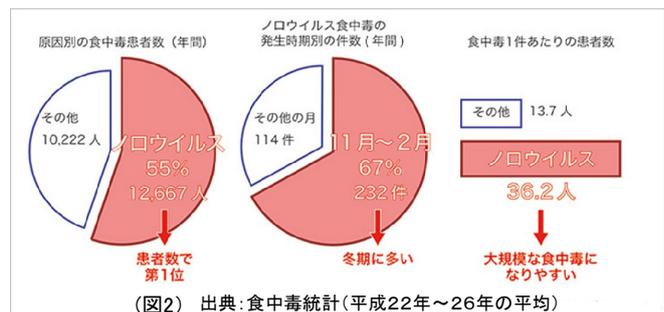
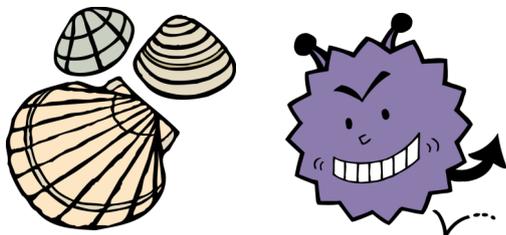
食中毒と聞くと、梅雨や夏など暖かい時期が多いと思いがちですが、実は食中毒が一番多いのは冬なのです。そして冬の食中毒のほとんどはノロウイルスが原因です。感染力が強く、毎年どこかの施設でアウトブレイク（感染症集団発生）しています。そこで今回は、毎年問題となるノロウイルスについてお話しします。

食中毒が最も多いのは冬

以前は寒い季節は食中毒が発生しにくいと思われていましたが、寒い季節に頻発するウイルス性食中毒の存在が明らかになってきました。



食中毒の大半は、細菌とウイルスが原因です。食中毒の発生件数は細菌の方が多のですが、患者数はウイルスの方が多くなっています(図1)(図2)。平成27年の厚生労働省の食中毒統計では、食中毒の患者さん2万2718人中、66.6%がウイルス、26.5%が細菌が原因です。ウイルスの感染力はかなり強いいため、患者数はウイルスが細菌を大きく上回っています。このウイルス性食中毒のほとんどはノロウイルスです。冬場の食中毒の大半はノロウイルスによるものといっても過言ではありません。



そして、ノロウイルスの怖いところは感染力です。乾燥に強く、4℃で8週間、20℃で3～4週間くらい生存します。吐物だけでなく、吐物が細かい飛沫となって空気中を浮遊したり、一旦床に落下したものが、乾燥、浮遊して口に入り感染することもあります。

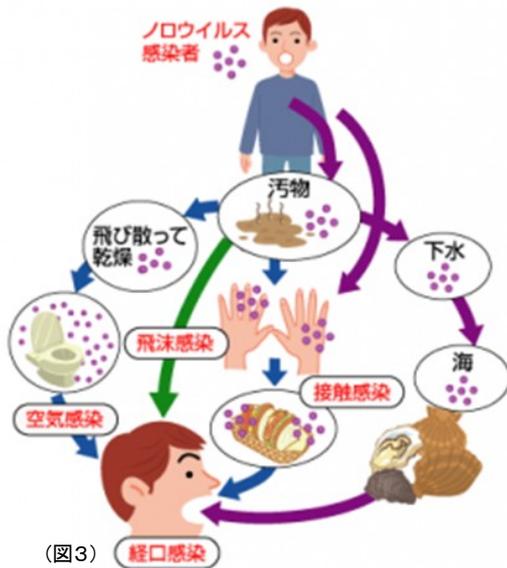
数年前に、大阪のあるホテルで食事をしていただいた人たちが、ノロウイルスに感染した事件がありました。調べてみると、原因は宴会場の絨毯でした。吐物が適切に処理されないと、後々も感染を引き起こすことがあるということです。

また、感染しても症状がでないことがあり、感染に気付かなかった調理人が作ったサンドイッチで多数の食中毒患者を出した事件もあります。

注意すべき点は、ノロウイルスの感染経路で最も多いのは、食中毒に感染した人の吐物や糞便が環境中に排泄された結果再び人に感染する「ヒト→ヒト感染」ということです(図3)。二枚貝特にカキを食べていなかったり、周囲にノロウイルスに感染した人がいなくても感染する可能性があるため注意が必要です。

ノロウイルス感染の症状

潜伏期は1～2日です。吐き気や嘔吐、腹痛などの症状があります。通常は、2～3日で改善し、軽症で終わることが多いのですが、乳幼児や高齢者、免疫力の低下した人(臓器移植後や悪性腫瘍のある人など)は注意が必要です。症状が消失しても、1週間ぐらいは便中から検出されます。



(図3)

ノロウイルスの検査

病院などでは、ノロウイルスの迅速検査キットを用いての検査が、平成24年4月から保険適応になりました。便を用いて検査します。保険適応は、3歳未満と65歳以上、免疫力の低下した人です。

ノロウイルス感染の治療法

ノロウイルスに効果がある薬やワクチンはありません。そのため、吐き気止めや整腸剤などで症状を緩和しながら、脱水防止に注意して安静にして症状が治まるのを待ちます。ただし、下痢止めはウイルスの排泄を遅らせてしまう可能性があるため、通常は使わないほうがよいとされています。他の病気がなければ、入院などの治療が必要とされることはあまり多くなく、自然に治ります。

ノロウイルス感染の予防

①手洗いの励行

調理の前後や二枚貝を取り扱った後、またトイレの後などは十分に手を洗いましょう。石鹸と流水で洗うことでウイルスの殺菌自体は期待できませんが、付着したウイルスを皮脂と共に洗い流すことができます。感染事例の多くが人を介して起きており、感染防止には手洗いが最も重要です。

②調理器具にも気を遣う

調理器具をきちんと洗う、生肉で使う調理器具とそのほかのものに使う調理器具を分けるなどの工夫で、食材に細菌やウイルスが付着することを防ぐことができます。また調理器具などは洗

剤を用いて洗浄し、家庭用塩素系漂白剤（ハイター、ブリーチなど）で浸すように拭くとウイルスを失活化できます。

③食品の加熱

85℃以上、1分以上の加熱で感染力を失活化できます。

④嘔吐物の処理

ノロウイルスに感染すると嘔吐を伴う場合が多くみられます。嘔吐物処理の対応次第で二次感染の広がりを左右します。処理する人は、使い捨てで密閉率の高いマスク、服を覆うエプロン等、手袋、ヘアキャップ、ゴーグル等を身に付けて行いましょう。エタノールではノロウイルスは失活化できませんので、家庭用塩素系漂白剤（ハイター、ブリーチなど）を用いてください。拭き取った後の物はビニール袋に密封し燃えるゴミとして処分してください。

衣類の場合は汚物を拭き取った後、塩素系消毒液に浸して消毒してからよくすすぎ、作業中にしぶきを吸いこまないように注意しましょう。最後に作業した場所やタライ等の消毒をして作業後は念入りの手洗いを忘れずに行ってください。

⑤便の処理

便の処理も嘔吐物の処理と同じように行います。

ノロウイルスは予防が大切です。一旦発症すると、次々に感染者が増えていきます。発症した患者さんと他の人との接触を断つようにし、ドアノブや手すりなどの消毒を行い、手洗いを徹底して行うことが大切です。保育所や介護施設、病院など、乳幼児や高齢者、免疫力の低下した人がいる場所では感染が広がりやすいので注意が必要です。

また、特に調理をする人や食品を扱う職業の人は、健康管理に気を配りましょう。普段から手洗いや消毒を心がけ、感染予防につとめてください。

ノロウイルスの症状(下痢、嘔吐、発熱、頭痛、腹痛など)が起こった場合は、周囲に感染を広めないよう、家族への配慮、飲食業に就いている人等は職場へ連絡してまた保健所の指示に従うなど適切な行動を取りましょう。

