



## 冬場に気を付けたいノロウイルスによる 感染性胃腸炎の予防法

日本血管外科学会 名誉理事長 ドイツ外科学会 名誉会員  
ドイツ血管外科学会 名誉会員  
岡田 昌義

ノロウイルスによる食中毒は、11月から増加して、1～2月に多く発生すると報告されている。このノロウイルスは、加熱により完全に死滅する。

汚染された食材を生、あるいは十分に加熱しないで食べると感染する恐れがある。牡蠣などの二枚貝は、感染源の一つで、人の腸内で増加したノロウイルスが下水から海へと流れ、二枚貝の中で濃縮される。その時期が牡蠣を食べるシーズンと重なっているのである。

このノロウイルスによる症状は、嘔吐、みぞおちの痛みと水のような下痢、腹痛などの腸の症状が見られる。このような症状が見られたときには、かかりつけの医師に受診することをお勧めしたいところである。感染性胃腸炎の大半は、ウイルス性であるが、血便が出る場合は、細菌性の可能性がある。さらに、右下腹痛がある場合には、虫垂炎が疑われる。

ノロウイルスの増殖を抑える治療薬はなく、感染性胃腸炎の治療は、対症療法のみとなる。水分の摂取はペットボトルのキャップ程度の少量の水分を何度も何度も摂ることを勧めている。少量あるいは頻回に水分を摂取しても、何度も吐いたり、歩くことも難しいなら、制吐剤を処方してもらう必要や点滴が必要なこともありうる。まず、感染を広げないようにするためには、家族内で感染を広げないようにすることが大切である。まず、胃腸炎の人を介抱したら

- 1) その都度手を洗う
- 2) 食事や水分を摂取する前に手を洗うことを励行する。

**ノロウイルスは、アルコールでは対応できない**ので、嘔吐物、糞便の処理や便座などの消毒には、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とした**塩素系漂白剤を使用する**ことが大切である。嘔吐物や糞便の処置には約0.1%濃度の希釈液を使用すればよい。トイレのドアノブ、便座、衣類などの消毒には、約0.02%の希釈液を使用すればよい。

