

## ノロウイルスの感染源は糞便(10億個/g)おう吐物(10万個/g)

ノロウイルスは人の腸内のみで増殖します。ノロウイルスが10個から100個程度口から人の体内に入ると胃(胃酸を潜り抜け)腸管内腔から腸管上皮細胞に取り付いて急激に増殖します。(これを感染と言います)感染した人は糞便中やおう吐物に大量のウイルスを排出します。その数は糞便1g当り1億個から100億個、おう吐物で1g当り数千個から10万個と言われています。

1g当り10億個のノロウイルスの量とは  
0.1gが風呂の水(1m<sup>3</sup>)に溶けると..約100個/CC  
便1gでわが国の全国民を感染させることができる

## 生カキは何故感染源になるのか

ノロウイルスに感染した人は糞便中に大量のウイルスを排出します。排出されたウイルスは污水处理場で浄化(殺菌等)されますが、一部は河川などに流れ出してしまいます。これらのウイルスをシジミやカキなどの二枚貝が水や海水と一緒に体内に取り込み中腸腺に蓄積します。ウイルスは37℃では1日ほどですが、4℃では60日間も感染力を保持しています。水温の低い冬場は、貝類が取り込んだウイルスは長く感染力を保っています。

そのため、冬場に生や生に近い状態のカキやシジミを食べると感染する恐れがあります。十分な加熱(85度1分)によって不活性化するので、牡蠣フライや牡蠣鍋、シジミの味噌汁は安全です。

## ノロウイルスの感染予防は糞便やおう吐物から汚染を広げないこと!!

感染源がはっきりしましたので、予防方法が明確になりました。

### その1 手洗いの徹底

- ◇ トイレの後の手洗い(糞便よりの汚染を防ぐ)
- ◇ 調理場に入る前の手洗い(屋外や駅、電車の中での汚染を持ち込まない)
- ◇ 原材料や廃棄物に触れた後の手洗い(野菜や肉・魚などの原材料、廃棄物からの汚染を防ぐ)
- ◇ ドアノブなどを触れた後の手洗い(他の人からの汚染を防ぐ)
- ◇ おう吐物処理した後の手洗い(おう吐物の汚染を広げない)
- ◇ 生カキやシジミなどに触れた後の手洗い(ノロウイルスを広げない)

### その2 清掃・洗浄・消毒の徹底

- ◇ トイレの清掃やおう吐物の処理を徹底する。冬場はノロウイルスに汚染されていることを前提に汚れを落とすとともに、次亜塩素酸ナトリウム(ピューラックス等)で消毒をする。
- ◇ 調理場内の調理器具、食器、シンク、調理台、冷蔵庫の取っ手、床は清掃・洗浄を徹底し、熱湯消毒、加熱するか次亜塩素酸ナトリウム(ピューラックス等)で消毒をする。
- ◇ 客席のテーブル、椅子、床等の清掃の徹底し、手を触れる場所は次亜塩素酸ナトリウム(ピューラックス等)で拭き取る。

### その3 体調管理の徹底

- ◇ ノロウイルスの症状(吐き気、おう吐、腹痛、下痢等)のある人は調理に従事しない
- ◇ 家族がノロウイルスに感染した場合は調理従事者自身が感染していないか確認してから調理従事する。