



トムズの

知っとど コラム



VOL.128



ノロウイルスについて

2014.1.20

① ウイルス感染症

冬は空気が乾燥しているのでウイルスの活動が活発になります。風邪は上気道感染症で、くしゃみ・鼻水・喉の痛み・頭痛・咳・発熱などの症状が出ます。原因はウイルスによる感染症です。世界3大感染症は、マラリア・結核・エイズで、多くの人々が命を失っている恐ろしい病気です。日本では、これらの感染症にかかる例は少ないのですが、多くの人がかかる感染症が他にあります。それは、肺炎や胃腸炎（下痢・嘔吐を伴う）などを引き起こす呼吸器感染症です。これは下痢や嘔吐で体内の水分が失われていく病気です。乳幼児や高齢者にはこれが重大な病気となり、生命の危機にもなります。

うがい、
手洗い
忘れずに!!



② 冬の感染症

冬の感染症としてインフルエンザの他に代表的なものは、ノロウイルスやロタウイルスです。これらはウイルスは全く違いますが、症状はよく似ています。ロタウイルスは1～4月頃にかけて流行し、主に乳幼児が感染するのが特徴です。ノロウイルスは秋から3月頃にかけて流行し、ロタウイルスに比べて幅広い年齢層に感染する傾向があります。世界保健機関（WHO）はこれらウイルスの撲滅に懸命になっています。日本では、日本小児科学会が中心となってロタウイルスのワクチン接種を奨励していますが定期接種とはなっていません。ノロウイルスの方は今のところ有効なワクチンや治療法がありません。

ノロウイルスは、貝類（カキや二枚貝）を生で食べることによる食中毒として知られており、わずかなウイルスが口に入るだけで感染するので、ヒトからヒトへの感染力が非常に強いウイルスです。健康で免疫力が正常に働いている人では、感染しても軽い風邪のような症状で済みます。しかし、免疫力が低下している人や、高齢者・乳幼児は、抵抗力が弱いため重症化する危険性があり注意が必要です。老人ホームや介護施設・保育園・幼稚園などでノロウイルスの流行が起きると、集団感染となり死に至ることもあります。感染後、激しい嘔吐や下痢により急激に水分を失い脱水状態になるので、電解質やミネラル成分の豊富な水分の補給や休養が極めて大切です。下痢便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれています。乾燥した嘔吐物や下痢便は、風に乗って舞い上がり、そばを通っただけでもカラダに付着し、最終的に吸い込むことで感染します。下痢の症状が治まっても便中にはウイルスの排泄が続くので、発症後1週間は注意が必要です。

③ 予防するには

予防方法としては、食事前やトイレ後は石けんでしっかり手を洗う・食品は85℃以上に加熱する・下痢便や嘔吐物はトイレに流す・汚物は使い捨てのビニール袋に入れてウイルスの飛散を防ぐ・殺菌には熱湯や0.1%次亜塩素酸ナトリウムを使用するなどです。ノロウイルスはエンベロープ（宿主細胞膜）を持っていないのでアルコールや温度に対する抵抗性が強く、70%アルコールや逆性石けんでは効果は望めません。また、抗生物質も効かず、乾燥や酸にも強く、水中でも長期間生存します。そして強い感染力を持つので、集団感染を引き起こします。ノロウイルスには多数の遺伝子型が存在するため、1度感染したとしても違った遺伝子型のウイルスに感染するので安心できません。

冬は空気が乾燥し、風も強く吹くのでウイルスの感染には好条件の環境が整っています。感染場となり得る人混みはなるべく避ける配慮も必要です。また、日頃から十分な水分補給をし（特に高齢者や乳幼児）、外出時にはマスクを着用する、帰宅時には必ず手洗いやうがいをするなど、自分の身は自分で守るように心がけましょう。



株式会社 トムズ

Copyright© Tom's Co., Ltd. All rights reserved.