

衛生委員会だより 2025年2月

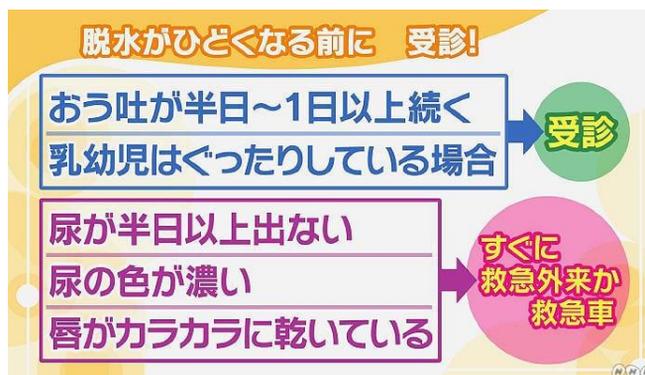
～ノロウイルスについて～

ノロウイルス(感染性胃腸炎)は感染力がとても強く、流行期は11～3月です。感染経路は主に2つ。1つは食べ物を介した感染で、特にノロウイルスをためやすい牡蠣(かき)による感染が多くなっています。もう1つは人から人への感染で、感染者が「吐いたもの」や「便」に触れた手を介して、ノロウイルスが口から体内に入ることによって感染します。感染を広げないためにも汚物をきちんと処理することが大切です。

■症状と受診の目安

体内に増殖したノロウイルスを体外に排出しようとして**強い吐き気**や**おう吐**、**下痢**が起こります。多くの場合、1～2日で症状は治まり、自然に回復します。ただし、乳幼児や高齢者などの抵抗力が弱い人は、症状が長引くことがあります。

家庭で対処するときは、**下痢止めの薬を使わない**でください。下痢止めの薬を使うと腸の動きが抑えられて、ウイルスが排出されにくくなって治りが遅くなります。



おう吐が治まり水分をとれるようになったら、脱水を防ぐために経口補水液やスポーツドリンクで水分や電解質を少量ずつこまめにとります。