

薬の伝言板

～ノロウイルス～

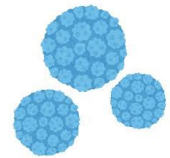


No.336 2025 年 11 月

丸子中央病院 薬局

ノロウイルスってなに？

ノロウイルスとは、11 月から 2 月にかけての冬場に流行する感染性胃腸炎や食中毒の原因となる小さな球形をしたウイルスです。ノロウイルスは手で触れること、空気中の埃を吸うことでも感染するほど感染力が高く、またアルコールで除菌を行うことができないため、正しい知識を持って感染を予防することが重要です。



ノロウイルスってどうやって感染するの？

ノロウイルスの感染経路は下記のように知られています。

1. ノロウイルスに汚染された生牡蠣や貝類を十分に加熱しないで摂取した場合
2. ノロウイルスに感染した人が、十分に手を洗わずに調理をすることで、食品が汚染され、その食品を摂取した場合
3. ノロウイルスを含む糞便や吐しゃ物を処理した後、手についたウイルスや不適切な処理で残ったウイルスが口から取り込まれた場合

ノロウイルスは、汚染された食品の摂取による「**経口感染**」、汚染された食品や便・吐しゃ物に接触した手を介して感染する「**接触感染**」、吐しゃ物などからの飛沫を吸入して感染する「**飛沫感染**」、吐しゃ物や下痢便の処理が適切に行われなかったために残存したウイルスを含む小粒子が空気中に舞い上がり吸入して感染する「**空気感染**」により、人から人へ感染していきます。



ノロウイルスの症状は？

感染から発症までの時間(潜伏期間)は **24 時間から 48 時間**で、主な症状は**吐き気、おう吐、下痢、腹痛、37℃から 38℃の発熱**などです。通常、これらの症状が1日から2日続いた後、治癒します。また、感染しても発症しない人や、軽い風邪のような症状で済む人もいます。しかし、持病のある人や乳幼児、高齢者などは、脱水症状を起こしたり、症状が重くなったりするケースもあるので注意が必要です。

ノロウイルスで気をつけることは？

- 食事の前やトイレの後などには、必ず手を洗いましょう。
- 下痢や嘔吐の症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。
- ノロウイルスに感染している方に接する時は、糞便や吐しゃ物を適切に処理し、感染を拡げないようにしましょう。
- 特に、子供やお年寄りなど抵抗力の弱い方は、加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱して食べましょう。また、調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。

ノロウイルスってアルコール消毒だと効果ないって本当？

ウイルスには種類によってアルコールの効きやすさに違いがあります。
ノロウイルスはアルコールが効きにくいので、汚染されたものの消毒にはアルコールではなく、**次亜塩素酸ナトリウム**を使用しましょう。
また、感染予防には、**石けんと流水による手洗い**が最も効果的です。

ノロウイルスの治療薬とは？

- ノロウイルスには、特効薬がないため、対症療法が一般的です。
- 吐き気止め … ドンペリドン、メトクロプラミド など
 - 整腸剤 … 酪酸菌製剤錠、ビフィズス菌製剤錠 など
 - 解熱剤 … アセトアミノフェン、ロキソプロフェン など



下痢止めは、体内にいるウイルスを排出することを妨げてしまうため、回復が遅れることがあります。

感染しないように予防することが大切ですが、体調を崩した場合には、病院へ受診していただくことが一番の治療への近道です。

