



ノロウイルス

ノロウイルスは体に入ると感染性胃腸炎を引き起こすウイルスです。

ノロウイルスの かわ~いところ!

ウイルスが一旦体の中に入ると、ものすごい勢いで増殖。1~2日後には発症。
ノロウイルスには、ワクチンがなく。ヒトからヒトに感染していきます。

ノロウイルスの(感染)原因

- 1 汚染された食品やカキやアサリ、シジミなどの二枚貝など。
二枚貝などの食品は、中心部が85℃~90℃で約90秒以上の加熱。
- 2 感染した調理従事者からの手指を介した二次汚染。
- 3 感染者の嘔吐物や糞便など。手すり、ドアノブなどからの二次感染。
12日以上前にノロウイルスに汚染されたカーペットを通じて感染が起きた事例も。



症状 激しい嘔吐や下痢、腹痛。ときには発熱、頭痛、筋肉痛を伴う。

症状は1~3日続くが、後遺症は残らない。

まれに、1日で20回以上の下痢になり、脱水症状になることもある。

注意事項 感染者の糞便や吐瀉物の処理、便器を清掃する場合は、手袋・マスクを使用する。

汚染物は飛散しないよう袋に密封し処分する。

作業後は入念に洗います。

ちよこつとメモ(*~*~*)
ノロウイルスは他のウイルスや細菌にくらべて小さく、手のしわに入り込みやすいのでしっかりと手洗います。

消毒法
次亜塩素酸ナトリウム(ミルトン)
家庭用塩素系漂白剤
(ハイター、ブリーチなど)

看護師 越智

歯科衛生士
吉川からの

ワンポイントアドバイス



今回は、咀嚼(かむこと)の意義(はたらき)についてお伝えします。

- ① 食物の消化吸収能率を高め;
- ② 顎骨・顔面の発育を促す
- ③ 口腔内の自浄作用
- ④ 唾液の分泌を促進する
- ⑤ 食物中の異物の認知
- ⑥ 味覚を味わう



- ⑦ 精神状態の安定
- ⑧ 脳の発育や働きを促す
- ⑨ 身体の老化防止
- ⑩ 肥満の防止
- ⑪ ガンの予防
- ⑫ 自律神経の調整



以上がかむことのはたらきです。一口30回程度かむことが目安とされています。食生活は無味乾燥なものにならないように、また、よくかみ、よく味わって楽しく食事をするのが、健康につながると言われています。ぜひ、よくかんで食事を楽しんでいただきたいと思います。

* * * * *
 * あなたの想いを共有し *
 * 想いを一緒に形にしていきたいと思います *
 * * * * *
スポーツデイトンばら
 Tel 0898-68-8882
 Fax 0898-68-8883
 【受付時間】
 月~金 8:30~17:30
 * * * * *

