



# 노로바이러스 식중독 주의 하기

## 노로바이러스 식중독이란?



10~100개의 입자로도 감염을 일으키고 급성 위장염을 일으키는 전염성이 강한 바이러스로, 밀집된 공간에서 단체 생활을 하여 직·간접적 접촉이 많은 어린이집, 유치원 등은 개인위생관리에 각별한 주의가 필요해요.

## 노로바이러스 식중독 감염증상

- 잠복기간** 12~48시간
- 주요증상** 설사, 구토, 구역질, 복통
- 기타증상** 발열, 두통, 몸살, 근육통



감염 후 보통 28~48시간의 잠복기를 거치며 소아는 구토, 성인은 설사가 흔하게 나타납니다. 심한 경우 탈수 증상이나 복통으로 진행되기도 합니다.

## 노로바이러스 식중독 감염경로

**바이러스 배출**  
(구토,분변 등)

**환경유입**  
(토양 지하수·해수 등)

**용수 및 해수 오염**

**식품, 식재료 오염**

**감염확산**  
(접촉감염, 조리종사자 감염 등)

## 노로바이러스 식중독 감염 예방법

- 1** 손 씻기 생활화  
(흐르는 물에 비누로 30초 이상 씻기)
- 2** 어린이 구토, 설사 증상 시 귀가 조치 또는 격리
- 3** 문고리, 손잡이 등 자주 접촉하는 표면 소독하기
- 4** 구토물 및 주변 즉시 소독
- 5** 가열조리 위주 식단제공  
(중심온도 85℃, 1분이상)
- 6** 구토,설사 증상 시 조리하지 않기

## 노로바이러스 식중독 2차 감염 예방법

마스크,장갑 등을 착용하고 응고제를 뿌려 구토물 처리·소독하기

감염자가 용변·구토를 했을 때 바로 소독하기  
▶ 변기 뚜껑 꼭 닫고 물내리기

문고리, 수도꼭지 등 표면 소독하기  
▶ 소독제를 도포하고 10분후 일회용 타월 또는 물걸레로 닦기

노로바이러스 감염자는 조리하지 않기  
▶ 증상이 나아진 후에도 최소 2~3일간 공동생활 피하기

## 구토물 소독 처리 방법

- 1** 일회용 장갑, 마스크, 앞치마 착용
- 2** 소독액으로 적신 종이타올로 구토물 닦기
- 3** 바깥에서 안쪽 방향으로 닦아내기
- 4** 사용한 종이타올은 바로 비닐봉투에 넣고 처리
- 5** 장갑을 벗어 소독하여 처리
- 6** 비닐봉투는 바로 빼기
- 7** 손 세정
- 8** 구토물이 묻은 옷 단독 고온세탁 (50℃ 이상)