

Norovirus 小心诺如病毒！！！！

◆ 什么是诺如病毒？

- * 诺如病毒是引起食物中毒的原因之一。
- * 诺如病毒更是冬季食物中毒的主要原因。
- * 诺如病毒的传染性极强。

◆ 诺如病毒有什么症状？

- * 在被感染后的 15 至 48 小时内发病，主要有恶心、呕吐、腹痛、腹泻及发烧等症状。需要 2 至 3 天才能恢复。老年人及幼儿由于抵抗力弱而容易加重病情。
- * 感染后，即使症状已经消除，其粪便中仍持续 1 至 4 周排出病毒。

◆ 什么情况下容易感染诺如病毒？

1. 手接触到感染者的呕吐物或粪便，或沾有粪便的纸尿裤等，因此，在处理病人呕吐物及粪便需格外小心。
2. 食用了感染者在未充分洗手的情况下烹调出的食物。
3. 食用了未经充分消毒的牡蛎等贝类食物。

◆ 如何预防？

1. 第一步，洗手！洗手时，用肥皂充分清洗 1 分钟以上。在做饭前、吃饭前以及便后都要认真洗手。注意，酒精消毒并不能达到预防效果。
2. 粪便和呕吐物的处理要尽量快速、干净。
3. 烹调食物时要充分加热。
4. 充分清洗菜板、菜刀以及抹布，并用开水加热 1 分钟以上，用浓度为 0.02%的厨房用盐酸漂白剂消毒。