

ノロウイルスの流行が拡大中 ～なぜ今シーズン増えているのか？～

【東京医科大客員教授・濱田篤郎】 3/14(金) 14:00 配信



3月に入り全国的にノロウイルスによる急性胃腸炎が増加しています。飲食店での食事や仕出し弁当などからの集団感染が発生しているとともに、児童施設などで患者が多発する事例も見られます。また、どこで感染したのか分からないケースも少なくありません。今回はノロウイルスの感染経路や予防、治療について解説します。

◇なぜ冬に流行するのか

ノロウイルスは胃や腸を傷害する病原体で、経口的に感染し、激しい下痢や嘔吐（おうと）を起こします。乳幼児や高齢者が感染すると脱水状態になり、重症化することもあります。一般には数日で回復します。日本国内の食中毒の原因として、最も頻度が高い病原体です。

ノロウイルスが流行しやすいのは冬の季節です。食中毒といえば夏の流行を連想しますが、なぜ冬に多いのでしょうか。細菌性の食中毒の多くは、感染するには菌が食品の中で増える必要があるため、増殖しやすい夏に流行します。

一方、ノロウイルスは感染力が強いので、食品の中で増殖しなくても、わずかなウイルス量で食中毒を起こします。特に気温が低下すると、ウイルスの生存期間が長くなるため、冬に流行するのです。

さらに、このウイルスはカキなどの二枚貝から感染することが多く、それをよく食べる冬に食中毒が起こりやすくなります。

◇食品や環境から感染

ここでノロウイルスの感染経路を説明しておきましょう。

まず、カキなどの二枚貝から感染するルートです。このウイルスは二枚貝の内臓に潜んでおり、それを生や加熱不十分の状態では食べると感染します。アサリやシジミも汚染されていることがありますが、通常はみそ汁などで加熱して食べるため、あまり問題にはなりません。一方、カキは生で味わうのがポピュラーな食べ方の一つなので、ノロウイルスの代表的な感染源になります。

感染した人が調理したり触ったりした食品からうつるケースもあり、このルートの場合は集団感染を起こします。原因食品が特定できれば、保健所がその食品を取り扱った事業所を調査し、調理人などからノロウイルスが検出されたら、このルートであることがほぼ確定します。

こうした食品ではなく、環境に付着したウイルスが原因となるケースも多く見られます。患者の下痢や吐物にはウイルスが大量に含まれており、それが周囲の環境を汚染し、健康な人に感染するルートです。例えばトイレのドアノブや水を流すレバー。こうした場所に付着したウイルスを健康な人が手で拾い、無意識に口に運んで感染してしまうのです。実は、環境からかかるケースの方が食品よりも多く、どこで感染したか分からない場合は、その可能性が高いとされています。

◇今シーズン増えている原因は

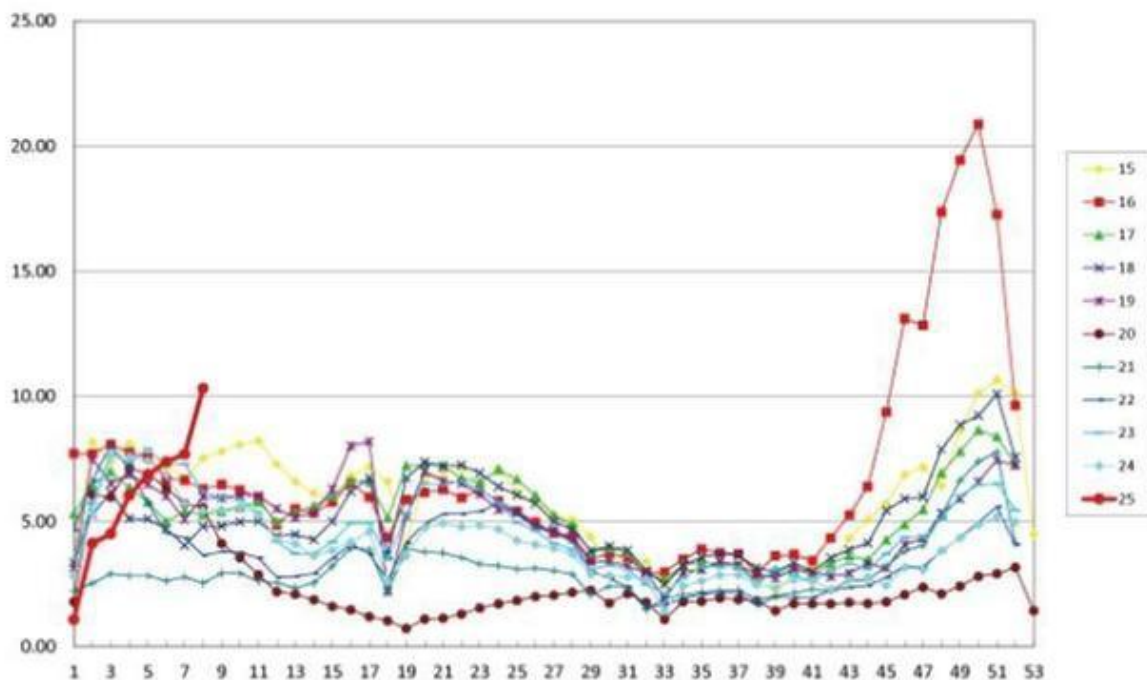
では、ノロウイルスの患者が今シーズン、増えているのはなぜでしょうか。現在、流行しているノロウイルスは、以前から見られるGIIと呼ばれる種類が検出されていますが、その中でも新しいタイプ（遺伝子型17など）が増えて

います。これが今シーズン、流行が拡大している原因の一つと考えられます。

それに加えて気温の影響です。昨シーズンが暖冬だったのに比べ、今シーズンは **2 月、3 月と寒い日が続いており、それだけウイルスが生存しやすい環境** になっています。

さらに、**新型コロナの流行が影響している可能性** もあります。新型コロナの流行が拡大した 20～22 年には、ノロウイルスの患者があまり発生しませんでした。**コロナ対策として手洗いを強化したり、マスクを着用したりしたことに一定の効果があった** からのようです。マスクは飛沫（ひまつ）感染を防ぐだけでなく、無意識に手で口を触る行為も減らせるのです。こうしたコロナ対策によってノロウイルスの感染が減ったため、このウイルスへの免疫が低下し、コロナ対策を解除した後に、患者数が増加していると考えられます。

新型コロナの 5 類移行後、インフルエンザやマイコプラズマ肺炎などの呼吸器感染症が大きく流行したのと同様なメカニズムで、ノロウイルスの流行も拡大しているようです。



各週の定点当たりの感染性腸炎の報告数（過去 10 年間の比較）
冬の感染性腸炎の大多数はノロウイルスの感染による

出典：国立感染症研究所ホームページ

◇頻繁な手洗いが予防の鍵

このような中で、ノロウイルスの感染をどのように予防したらいいでしょうか。

まず、**感染リスクの高いカキなどの食材は、十分に加熱してから食べる** ことです。ノロウイルスを殺滅するためには、**85℃で 1 分間以上の加熱**が必要とされています。

次に、**手洗いを頻回**にしてください。これは、環境中のウイルスを手につけないために有効な予防法です。ウイルスが付着していることの多い、トイレのドアノブや水を流すレバーなどを触った時は、せっけんを使ってよく洗ってください。こうした汚染されやすい場所の消毒も大切で、**消毒薬には次亜塩素酸**を使いましょう。このウイルスには**アルコール消毒が効きません**。

飲食店や弁当屋などの従業員がノロウイルスに感染していて、食品を汚染しているケースでは、私たちの注意で防

ぐことは困難です。こうした場合の対策として、事業所が食品取扱者に十分な衛生管理を提供することが求められています。症状のある従業員には作業させないのはもちろん、症状が無くても食品に触れる時は、手洗いを頻回にしたり、マスクをしたりするなどの注意が必要です。厚生労働省が刊行している大量調理施設衛生管理マニュアルには、食品取扱者の感染対策が詳しく記載されていますので、ご参照ください。

◇発病してしまったら

ノロウイルスによる胃腸炎を発病した疑いがある場合、便のウイルス抗原検査で診断できますが、この検査は乳幼児や高齢者以外は健康保険が適用されず、自費診療になります。このため、症状などからノロウイルスによる胃腸炎と診断されることが多いようです。

症状は2〜3日で改善するので、安静にして水分を多めに摂取するように心掛けてください。嘔吐がひどい場合は、無理に飲まず、口を湿らす程度にしましょう。下痢止めの服用は一般に推奨されませんが、整腸剤や吐き気止めは使用しても構いません。

患者は周囲に感染を拡大させるので、同居する家族は、手洗いや室内の消毒などを十分に行ってください。また、仕事や学校は、症状が消失するまで休む必要があります。食品取扱者が感染した場合は、便からのウイルス排せつが無いことを検査で確認してから仕事に復帰するようにしてください。

ノロウイルスは感染力の大変強い病原体です。流行している時期は手洗いなどの予防に心掛け、発病してしまった場合は、周囲の人に感染を拡大させないように注意しましょう。（了）



濱田 篤郎（はまだ・あつお） 東京医科大学病院渡航者医療センター客員教授 1981年東京慈恵会医科大学卒業後、米国 Case Western Reserve 大学留学。東京慈恵会医科大で熱帯医学教室講師を経て 2004 年海外勤務健康管理センター所長代理。10 年東京医科大学病院渡航者医療センター教授。24 年 4 月より現職。渡航医学に精通し、海外渡航者の健康や感染症史に関する著書多数。新著は「パンデミックを生き抜く 中世ペストに学ぶ新型コロナ対策」（朝日新聞出版）。

<https://news.yahoo.co.jp/articles/ae8d2e723f0ca430c18933b7d1525b16b2e0aea2>