

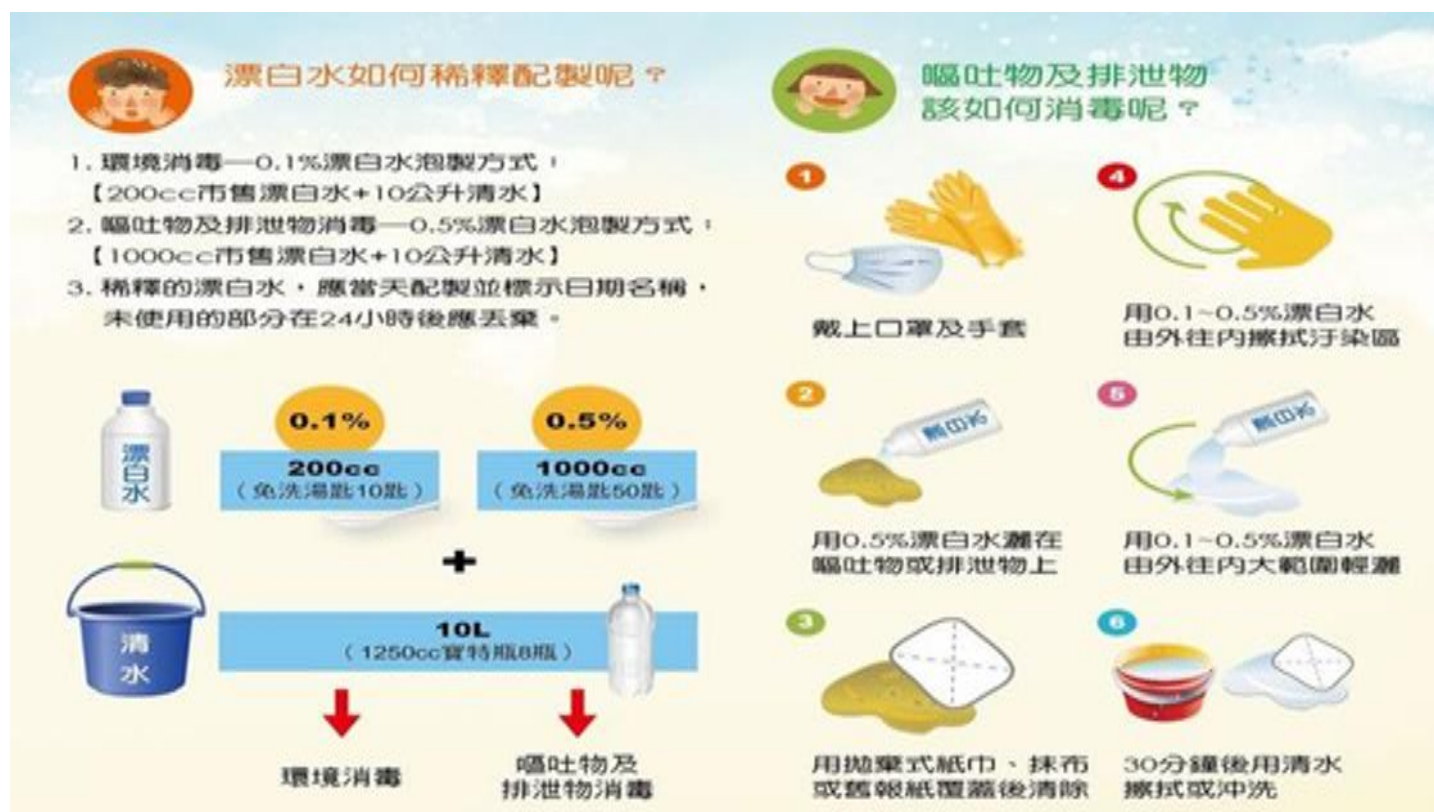
罹患了諾羅病毒診麼辦？

※學校及幼托機構方面：

1. 加強校園食品安全管理-派員監督中央餐廚供應食材來源、環境衛生與食品調理過程應符合衛生條件，發病廚工暫時停止從事餐飲工作，至症狀解除48小時後方可恢復上班。
2. 加強衛生教育宣導，包括不生食、不生飲及勤洗手等良好個人衛生習慣。
3. 學校發生疑似腹瀉群聚事件，請即通報當地衛生機關，並配合進行檢體採檢及疫情調查等相關防疫措施。
4. 病患嘔吐物及排泄物污染環境應以稀釋漂白水消毒處理。

※家庭方面：

1. 照顧或接觸病人前後，應澈底洗手，減少家庭內感染事件發生。
2. 學生或幼童生病時應請假在家休息，至症狀解除至少48小時後再恢復上學，避免造成校園內病原傳播風險。
3. 諾羅病毒患者避免前往醫院或照護機構探視親友，避免造成醫院或機構內傳播。
4. 病患嘔吐物及排泄物污染環境應以稀釋漂白水消毒處理。



資料來源：財團法人天主教聖功醫院 http://www.joseph.org.tw/index.php?rurl=page06_1.php&id=144



健康通訊

本期重點
“防疫宣導 I”

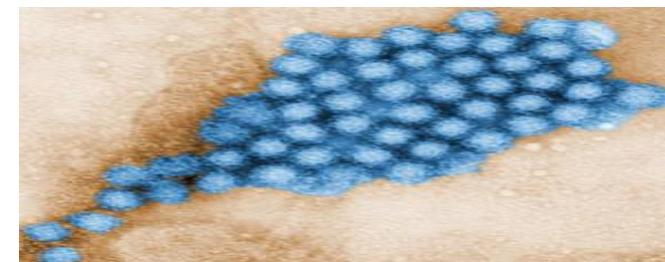
發行人：蔡明蒼 編輯：學務處 出版者：臺北市立啟明學校 地址：臺北市忠誠路二段 207 巷 1 號 電話：28740670

TAIPEI SCHOOL FOR THE VISUALLY IMPAIRED <http://www.tmsb.tp.edu.tw>

住在腸胃裡的病毒~諾羅

冬季氣溫偏低，當心諾羅病毒來勢洶洶！

諾羅病毒是在 1968 年美國俄亥俄州的諾沃克 (Norwalk) 發生的流行性腸胃炎事件中發現，是最常引起病毒性腸胃炎的病毒之一。它的傳染力及散播力非常快速廣泛，而且病毒顆粒非常少量即可致病，諾羅病毒的感染經常在每年的 11 月至 3 月間達到高峰。



(病毒是一種沒有外殼的，直徑約為 27~32 nm 大小的單鏈核糖核酸 RNA 屬於杯狀病毒 Caliciviridae 家族中的一員。)

諾羅病毒好發於季節交替時，主要透過糞口途徑傳染，或食入受諾羅病毒污染之貝類水產品。台灣人常於人口密集機構引起大規模感染，如幼稚園/學校、安養/養護機構、身心障礙機構、醫院等。

日前疾管署提醒，近日國內發生多起群聚腹瀉事件，大多以諾羅病毒感染為主。受到諾羅病毒感染者常見症狀為上吐下瀉，可能也會合併出現頭痛、發燒、倦怠等不適症狀，建議民眾留意飲食衛生、減少生食，與他人共食最好使用公筷母匙，以降低交互感染的風險。

資料來源：衛生福利部疾病管制署全球資訊網

(<http://www.cdc.gov.tw/diseaseinfo.aspx?treeid=8d54c504e820735b&nowtreeid=dec84a2f0>)

諾羅病毒的傳染途徑？

飲食傳染

食用被諾羅病毒污染的食物或飲水

飛沫傳染

吸入病患嘔吐所產生的飛沫



接觸傳染

接觸到受感染病人的排泄物、嘔吐物等，再接觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。

諾羅病毒症狀



※ 發生原因：

1. 人是唯一的帶病毒者，主要透過糞口途徑傳染，如：透過與病患分享食物、水、器皿、接觸到病患的嘔吐物、排泄物或病患曾接觸的物體表面、吃到或喝到污染的食物或飲料。
2. 依據美國疾病管制局（CDC）的評估，諾羅病毒 57% 經由食物傳播、16% 為人傳人、3% 藉由被病毒污染的水傳播。
3. 易受污染的食品有即食食品、沙拉、三明治、冰品、水果及生鮮魚貝類。
4. 最易發生的場所包括飯店、長期養護機構及學校等人口密集場所。

由口攝入病毒
是主要罹病因

※ 最好的預防方法就是做好個人衛生：

1. 勤洗手，特別是在如廁後、進食或者準備食物之前。為嬰幼兒或老年人更換尿布或處理排泄物之後，也應洗手。
2. 飲水要先煮沸再飲用，所有食物都應清洗乾淨並澈底煮熟，絕不生食。
3. 外食要選擇乾淨衛生的餐飲場所。
4. 不需烹煮的食物應該儘快吃完。
5. 食物需封上保鮮膜以預防污染，吃剩的食物應該放在溫度適中的冰箱中儲存。
6. 被污染的食物或者懷疑被污染的食物必須被丟棄。
7. 注意居家環境衛生，必要時可用漂白水消毒。
8. 新生兒餵哺母乳可提高嬰幼兒的免疫力。
9. 為了預防把疾病傳染給其他人，尤其是餐飲業工作者，應於症狀解除至少 48 小時後才可上班。



資料來源：衛生福利部食品藥物管制署 <https://www.fda.gov.tw/tc/siteContent.aspx?sid=1947>