

## 겨울철 식중독 주의하기

## 노로바이러스

## ① 노로바이러스란?

- 노로바이러스는 10~100개 입자로도 구토, 설사 등 급성 위장염을 일으키는 전염성이 강한 바이러스



## ② 노로바이러스의 주요 증상

- 잠복기간: 12~48시간
- 주요증상: 복통, 설사, 구역질, 구토, 발열 등



## ③ 겨울철 노로바이러스가 발생하는 이유

- 영하 20도 이하의 낮은 온도에서도 생존하며, 전염력이 강하여 쌀쌀한 날씨에 더욱 유행
- 11월부터 증가하여 1월과 3월에 특히 많이 발생



## 노로바이러스 특징

☐ 작은 입자의 바이러스

☐ 강한 표면 부착력

☐ 강한 전파력

## ④ 노로바이러스 발병 원인

- 노로바이러스는 보통 오염된 식품과 물로 인해 감염되지만, 감염자와의 접촉으로 인하여 감염될 수 있음



오염된 음식과 물 섭취



감염자와 접촉



감염자의 토사물, 변



감염된 종사자 등

## ⑤ 노로바이러스 예방 방법

중심온도 75°C  
(어패류 85°C)  
1분 이상 가열 유지

손씻기 생활화하기

음식 조리할 때  
위생장갑 착용하기조리도구, 주변 시설 등  
자주 소독하기식재료 흐르는 물에  
세척하기

## ⑥ 노로바이러스 확산 방지 방법

- 노로바이러스 감염이 의심되면 타인에게 옮기지 않도록 주의하기

구토 및 용변 이후  
변기커버 내리고 물 내리기

감염자는 음식 조리하지 않기



사용 물품 소독하기