

小心防範諾羅病毒

資料整理:廖巾儀 營養師

諾羅病毒為病毒性腸胃炎常見致病原，具高傳染性，主要是經由攝食遭病毒汙染的食物或飲水、與病人密切接觸或吸入含有病毒的嘔吐物飛沫而感染，其主要流行季節為每年 11 月至隔年 3 月間。請落實諾羅病毒防疫措施，相關防疫作為如下：

(一)注意個人及環境衛生，不生飲、不生食，與他人共食時應使用公筷母匙，並養成勤洗手的良好個人衛生習慣(如廁後、進食或準備食物前)。倘出現噁心、嘔吐、腹瀉、腹絞痛、發燒、頭痛及肌肉酸痛等疑似症狀應及早就醫，並注意補充水分與營養。

(二)使用肥皂或洗手乳，以利維護個人衛生；與人體接觸之水源如飲用水及洗手用水應採用自來水，如無自來水供應應確實消毒、過濾始可用。

(三)學校外購盒餐食品或團體膳食之廠商(含校外教學供餐業者)，應取得政府機關優良食品標誌驗證或經衛生福利主管機關稽查、抽驗、評鑑為衛生優良者。設有廚房之學校，應指定專人督導，食物應澈底煮熟再食用（尤其是貝類水產品）；外訂盒餐者，應派員或委託代表到廠了解供應食材來源、環境衛生及食品調理過程應符合衛生條件等措施。

(四)落實生病人員不上班、不上課：餐飲從業人員(廚工)如有諾羅病毒感染症狀應停止處理食物；確診為諾羅病毒感染之教職員工生及餐飲從業人員，應停止上班、上課，待症狀解除 48 小時後才可恢復上班上課。

(五)加強環境清潔消毒及清理者防護作為：針對腹瀉患者之嘔吐物、排泄物及室內環境空間務必做好清潔消毒，清理者請戴上口罩及手套，完成清理工作後，務必以肥皂與清水澈底洗手。(六)落實通報：如有疑似腹瀉群聚事件發生，應儘速通報轄區衛生機關，並配合衛生單位採行感染管制與消毒等防疫措施。

