

## 诺罗病毒造成感染性胃肠炎的蔓延

### 所谓感染性胃肠炎

感染性胃肠炎主要是指病毒等微生物引发胃肠炎的总称。

病毒有“诺罗病毒”、“轮状病毒”、“腺病毒”等，主要症状表现在腹痛、腹泻、呕吐、发热。

其中，一到寒冷季节，全国就流行“诺罗病毒”感染性胃肠炎。

### 预防！诺罗病毒感染

- 最基本：洗手、漱口
    - 外出后，上完厕所后，处理完呕吐物或粪便后，吃饭或做饭前，请务必洗手、漱口。
    - 洗完手后，避开使用公共毛巾，最好使用擦手纸或个人的手帕。
    - 酒精对诺罗病毒基本没有效果
    - 肥皂对灭绝病菌是没有效果的，但通过将手上的油质冲洗掉对去除病毒是有效的。
  - 充分加热饮食物
    - 85度以上加热1分钟以上将会灭绝病毒。
    - 井水等、未消毒的不明之水最好沸腾后使用。
  - 容易被污染地方进行消毒
    - 容易被污染的地方···厕所、门把、把手、扶手、水龙头等。
- 对诺罗病毒有效的消毒方法，有加热消毒和氯化消毒药的两种方法。

### 体检和尽早受诊

- 如出现呕吐或腹泻等症状，请尽早受诊。为了不出现脱水症状，请随时补充水分。

尽量避开由自己判断服用腹泻止疼药。
- 症状通常在2~3天治愈。

但是，粪便中病菌将寄生2周左右，所以感染者即使在治愈后也请在洗手和入浴时，一定要用肥皂洗净。