

諾羅病毒問與答

Q1：什麼是諾羅病毒（Norovirus）？

A1：諾羅病毒是一群病毒，以前稱為類諾瓦克病毒 Norwalk-like virus（NLVs），可感染人類而引起腸胃道的發炎。

Q2：感染諾羅病毒的症狀有那些？

A2：諾羅病毒感染引起之症狀主要為噁心、嘔吐、腹瀉、腹絞痛，也可能合併發燒，倦怠、頭痛、及肌肉酸痛。一般而言，小朋友的嘔吐症狀較明顯。症狀多會持續 1 至 2 天，之後就會逐漸痊癒。

Q3：諾羅病毒之感染途徑為何？

A3：1.食入被諾羅病毒污染的食物或飲水。
2.接觸被諾羅病毒污染的物體表面病人之排泄物、嘔吐物等，再接觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。
3.諾羅病毒只須極少的病毒量便可傳播，因此若病患嘔吐時在場，嘔吐物可能形成飛沫，若吸入飛沫也可受感染。

Q4：諾羅病毒之潛伏期？

A4：一般為 24 至 48 小時，有些在 12 小時內即出現症狀。

Q5：諾羅病毒之好發年齡層為何？

A5：所有的年齡層皆有可能遭受感染。

Q6：諾羅病毒患者是否具有傳染力？

A6：諾羅病毒的傳染力非常強，可藉由糞便或嘔吐物人傳人。有些人感染恢復之後二星期內，其糞便內仍有病毒，仍然具有感染力。

Q7：是否有治療諾羅病毒之特效藥？

A7：目前並沒有可用於治療諾羅病毒的抗病毒藥物，其治療以支持性療法為主。患者除了多休息外，應該要注意營養及水分、電解質的攝取，以避免脫水。

Q8：諾羅病毒感染的預防措施？

A8：1.勤洗手，特別是在如廁後、進食前及準備餐點之前。
2.徹底清洗水果和蔬菜。
3.徹底地煮熟食品，避免生食生飲。
4.注意居家環境衛生。

Q10：食品如何被諾羅病毒所污染？

A10：1.食品可經由帶有諾羅病毒的食品準備者或處理者所污染，特別是那些經常沒有便後洗手的人。

2.貝類也可能被污水污染，如果生食或食用未煮熟被污染的貝類（例如：生蠔），可能造成感染症狀。

3.飲用水被污水污染，也能散播病毒。

Q11：什麼地方和什麼時候會發生諾羅病毒感染？

A11：在一年當中較冷的月份（11月~3月）及人口密集機構內

Q12：誰會感染到諾羅病毒？

A12：任何人都可能感染，諾羅病毒引起之病毒性腸胃炎發生在各個年齡層和背景的人。

諾羅病毒感染個案嘔吐物及排泄物污染場所之消毒方式

*注意:酒精對諾羅病毒無效，請勿使用酒精消毒環境或乾洗手。

一、污染環境消毒方法：

清理者請戴上口罩及手套，用已稀釋成 0.5%(5,000ppm)之漂白水，小心輕灑在嘔吐物或排泄物上，儘速以拋棄式紙巾、抹布或舊報紙覆蓋吸收污染物後清除，然後使用 0.1-0.5%(1000ppm-5000ppm)之漂白水，由外往內擦拭污染區域，之後再使用 0.1-0.5%之漂白水大範圍輕灑，作用 30 分鐘後再使用清水擦拭即可。

二、漂白水稀釋方法：

(一) 準備物品：

1.市售漂白水：大部份含次氯酸鈉濃度約為 5%。

2.免洗湯匙（1 湯匙約為 20cc）。

3.量杯或寶特瓶（參考瓶身標示，常見容量如 600cc、1,000cc、1,250cc 或 2,000cc 等，可視需要自行選擇運用），用以計算漂白水或清水量。

4.手套、口罩、防水圍裙及護目鏡。

(二) 消毒水泡製方式：(以市售家用漂白水次氯酸鈉濃度 5%計算)

1. 0.1% (1000ppm) 泡製方式：【200cc 漂白水 + 10 公升清水中】
(免洗湯匙 10 瓢) (2,000cc 寶特瓶 5 瓶)

2. 0.5% (5000ppm) 泡製方式：【1000cc 漂白水 + 10 公升清水中】