**後甲國中 諾羅病毒衛教宣導參考資料**

**一、疾病簡介:** 諾羅病毒以前稱為類諾瓦克病毒Norwalk-like virus（NLVs），是一群可感染人類引起腸胃道發炎的病毒。 諾羅病毒流行期約自每年9月底至隔年5月間，以12月底至隔年2月為感染高峰，且已造成多起群聚事件。諾羅病毒的傳染力非常強，可藉由排泄物或嘔吐物人傳人。有些人感染恢復後二星期內，其糞便內尚有病毒，仍然具有感染力。

**二、疾病症狀:** 諾羅病毒感染引起之症狀主要為噁心、嘔吐、腹瀉及腹絞痛，也可能合併發燒、寒顫、倦怠、頭痛及肌肉酸痛。一般而言，年紀較小的幼童嘔吐症狀較明顯。症狀通常會持續1至2天，之後就會逐漸痊癒。

**三、潛伏期：**一般為24至48小時。

**四、感染途徑：**

(一)食入被諾羅病毒污染的食物或飲水。

(二)接觸被諾羅病毒污染的物體表面，再碰觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。

(三)諾羅病毒只需極少的病毒量便可傳播，因此與病人密切接觸或吸入病人嘔吐物及排泄物所產生的飛沫也可能受感染。

**五、日常生活注意事項**

 (一)注意個人衛生，備餐前、進食前、如廁後及照顧病人後(包括為嬰幼兒或老年人更換尿布或處理排泄物之後)，皆應以肥皂或洗手乳正確洗手。

(二)蔬果要清洗乾淨，避免生食生飲，尤其是貝類水產品應澈底煮熟再食用；與他人共食應使用公筷母匙。

(三)為預防疾病傳播，受病患污染的衣物、床單應立即更換，並以漂白水消毒環境或器物表面；病患應於腹瀉或嘔吐症狀解除後2日再接觸健康的人或調理食物。

(四)出入公共場所及清理消毒病患之排泄物或嘔吐物時，應戴口罩以避免飛沫傳染。

(五)落實生病人員不上班、不上課，待症狀解除48小時後才可恢復上班上課。

**~~~~~溫心叮嚀~~~~~~~~**

**1.維持手部清潔----勤洗手**

**2.戴口罩---注意呼吸道衛生及咳嗽禮節**

**3.有不適症狀立即就醫，並依醫囑服用藥物--在家中休養，儘量不上班、不上課**

**4.保持室內空氣流通，降低病毒傳播機會**

**5.班上如果有人不慎受到感染則請該班級加強課桌椅及門把之消毒---＞至學務處衛生組領取稀釋的消毒水**

 **〜 學務處衛生組健康中心關心您 〜聯絡分機107**