

Norovirus

Norovirus ay isang uri na nagdudulot ng impeksyon at nagiging sanhi acute gastroenteritis mula sa mga bata hanggang sa mga matatanda.

Ito ay pangkaraniwang kumakalat sa panahon ng taglamig, mula Oktubre at pinakamaraming insidente sa buwan ng Disyembre at Enero. Ngunit maaari itong maganap sa buong taon. Maaari rin itong maganap sa mga evacuation center kung saan ang kondisyon ng kapaligiran ay hindi mabuti at masama sa kalusugan.

Dumarami ang bilang nito sa loob ng bituka ng tao. Maaari itong mabuhay sa tuyong kapaligiran at pati na rin sa mga basa o matubig na lugar. Kahit sa konting bilang ng virus (10 hanggang 100) ay maari ito makahawa at maging sanhi ng impeksyon.

Hindi lamang ito nagmumula sa pagkain, maaari itong magmula o mahawa mula sa ibang tao sa mga lugar na tulad ng restaurant o mga kainan, hotel o mga tuluyan, nursery at pasilidad ng mga bata at mga pasilidad para sa mga matatanda, mga ospital kung saan maraming ang bilang ng mga may sakit. Upang makaiwas sa impeksyon o pagkahawa, nangangailangan ito ng masusing pamamahala ng kalinisan.

Paraan ng pag-iwas ng pagkalason sa pagkain na sanhi ng norovirus (ノロウイルスによる食中毒予防のポイント)

Pamamahala sa kalusugan ng mga nagluluto (調理する人の健康管理)

- Palagiang pag-iingat sa kalagayan ng pagkain at sa kalusugan ng pamilya upang hindi ma-impeksyon o mahawa.
- Kung nakaramdam ng mga sintomas ng sakit, iwasan ang direktong paghawag sa pagkain.
- Kung may lumabas na mga impormasyon, agad gumawa ng isang paraan pag-uulat sa mga taong may kinalaman.

Paghugas ng kamay bago magtrabaho (作業前などの手洗い)

- ang wastong oras o panahon

- ⊙ pagkatapos gumamit ng palikuran/toilet.
- ⊙ bago pumasok sa mga pasilidad ng pagluluto
- ⊙ bago ihain ang mga niluto
- ⊙ bago magsimula ulit sa pagluluto
- Hugasan ng mabuti ang mga lugar kung saan natitira ang dumi
- ⊙ dulo at pagitan ng mga daliri, paligid ng kuko, sa paligid ng hinlalaki, sa banda ng pulso

Pagdidisimpekta ng mga kagamitan sa pagluluto (調理器具の消毒)

disimpeksyon sa pamamagitan ng chlorine disinfectant

Hugasan ng mabuti ng detergent at ibabad sa sodium hypochlorite solution na may konsentrasyon ng chlorine na 200 ppm.

* Walang masyadong epeko ang ethanol o sabon bilang disinfectant

Hugasan ng mabuti ng detergent at pakuluan sa tubig.

Paraan upang hindi kumalat o makahawa ang norovirus (ノロウイルスの感染を広げないために)

Pagdidisimpekta ng gamit sa pagkain, paligid at kumot (食器・環境・リネン類の消毒)

- ⊙ ihiwalay ang mga gamit ng taong may sakit o ang mga gamit na natapunan ng suka. Hugasan at disimpektahin ang mga ito.
- ⊙ ibabad ang mga gamit sa pagkain sa chlorine disinfectant solution bago ito ibalik sa kusina.
- ⊙ gamitan ng chlorine disinfectant ang mga kurtina, damit at hawakan ng pinto.

© kung maglalaba ng damit, ibabad ito tubig na may detergent at kuskusin, ,
banlawan ng lubusan.

- ang paggamit ng 85°C na tubig at chlorine disinfectant ay epektibong pagdidisimpekta sa labahin.

• ang paggamit ng mataas na temperatura ng dryer ay makakabuti upang mamatay ang mikrobyo.

Paglilinis ng suka at tae (嘔吐ものなどの処理)

© ang suka at gamit na diapers ng mga pasyente ay kailangang tapunin ayon sa mga sumusunod na paraan upang maiwasan ang pangalawang impeksiyon o pagkahawa. Ang norovirus kapag natuyo ay maaaring maanod sa hangin at maimpeksyon kapag pumasok sa bibig.

- Gumamit ng disposable mask, gown at gwantes.

- Punasan ng paper towel ng marahan, gamitan ng chlorine disinfectant at punasan ng tubig.

- Ang pinunasang suka, tae at ginamit na mga gwantes at ilagay sa selyadong plastic bag bago itapon. Lagyan ang loob ng plastic bag ng 1000ppm na chlorine disinfectant.

· Iwasan malanghap ang mga saboy ng tubig habang naghuhugas ng kamay ay punasan ng mabuti.

Paggawa ng disinfectant

Sa paggawa ng disinfectant gagamit ng sodium hypochlorite

Ang mga nabibiling chlorine bleach (tulad ng Clorox) any may halong sodium hypochlorite. Pwedeng gamitin ang kahit na anong brand ng chlorine bleach para sa damit at para sa kusina. Ang karamihan ng mga chlorine bleach na ito ay naglalaman ng halos 5% ng sodium hypochlorite at depende sa gamit, kailangan itong haluan ng tubig. Ang mga pinabibiling chlorine bleach tulad ng 'Haiteer' at 'Kitchen Haiteer' ay maaaring gamitin. Ang ibinagbibiling 'Wide Heiter' ay hindi pwedeng gamitin dahil ito ay oxygen-based bleach.

Paggawa ng disinfectant

【Ang mga kailangan:】

- 500cc na PET bottle (hugasan ng mabuti bago gamitin)
- chlorine bleach
- funnel o imbudo (hindi pwede ang metal)
- laging gumamit ng goma o vinyl na gwantes

Kung ang disinfectant at gagamitin ng direkta sa suka, haluan ng 50 beses ng tubig ang chlorine bleach. (ang konsentrasyon ng sodium hypochlorite ay halos 1000ppm)

⊖ lagyan ng konting tunig ang 500cc na PET bottle, lagyan ito ng 10 cc chlorine bleach gamit ang imbudo at huwag hayaang matapon. Ang 10 cc at halos kalahati ng takip o cap ng lalagyan ng chlorine bleach. (depende sa brand ng bleach ang takip o cap ay nasa 22 hanggang 25 cc) Kung gagamitin ang takip ng PET bottle, punuin ito ng 2 beses (1 punong takip ay 5 cc).

⊖ punuin ito ng tubig, takpan ng mabuti at haluin.

Tungkol sa Impeksyon ng Norovirus

Ang ruta ng impeksyon

《Impeksiyon mula sa pagkain》

- pagkahawa sa taong may impeksyon o sakit na nagluto ng pagkain
- shellfish tulad ng talaba na hilaw o hindi naluto ng tama

《Impeksiyon mula sa tao》

- pangalawang impeksyon mula sa suka o tae ng may sakit
- impeksiyon mula sa talsik ng tubig at iba pa sa bahay at ibang pasilidad

Ang sintomas ng impeksyon

《Incubation period》

mula 24 hanggang 48 na oras mula sa impeksiyon

《Ang pangunahing sintomas》

- pagkahilo, pagsusuka, pagtatae, sakit ng tiyan, 1-2 araw na lagnat.
- maaari ding makaramdam lang ng sintomas tulad lang ng sipon. Ingatan

ang mga sanggol at matatandang na-impeksyon, maaaring masinghot at malulon ang suka at maging dahilan ng pneumonia at suffocation o pagtigil ng hininga.