

## 認識疾病

### 1. 認識諾羅病毒

諾羅病毒屬杯狀病毒家族一員，為沒有外套膜之單鏈核糖核酸 (RNA) 病毒，具高度穩定性及傳染力，病毒顆粒極少量 (1~10個) 即可致病。

### 2. 臨床症狀

發病潛伏期為24~48小時，主要症狀為噁心、嘔吐、腹瀉、腹痛，也可能合併發燒、倦怠、頭痛及肌肉痠痛，任何年齡層皆可能受到感染，以嬰幼兒及老年人為高風險群。

### 3. 中毒原因

- (1) 諾羅病毒主要透過糞口途徑傳播，經由接觸病患的嘔吐物或排泄物污染的水或食品，也可能因與病患密切接觸，或吸入嘔吐物產生之飛沫而感染。
- (2) 生食受污染水域生產的生蠔及文蛤等貝類水產品。

## 預防方法

諾羅病毒對酒精無抗性，調理餐食前後、如廁後及餐食前應確實以肥皂洗淨雙手。



**1 勤洗手**



**2 不生食**

食材應充分加熱，避免食用未充分加熱的蛋、肉類，或生食貝類水產品。

飲水要先煮沸再飲用，且避免使用未煮沸之生水調理食品。



**3 不生飲**



**4 餐飲人員的健康**

餐飲從業人員有噁心、嘔吐、水瀉或發燒等症狀，應儘速就醫，並禁止從事接觸食品之工作，且應於症狀解除後至少48小時才可復工。

注意餐飲環境衛生，必要時可用漂白水消毒。



**5 注意餐飲環境衛生**