

在家预防食源性疾病 诺如病毒

诺如病毒是一种传染性极强的病毒。

哪怕只有 18 个病毒颗粒，也可能使人患病。一般来说，人们一生中平均会感染 5 次诺如病毒。



诺如病毒可以通过感染者的粪便和呕吐物传播给他人。

您可能通过以下途径感染诺如病毒：

- 受污染的食物和水源。
- 受污染的表面。
- 与患者接触。

即使在患者症状消失后，仍可能传播病毒。该病毒在台面等表面上可以存活数周之久。

症状通常会持续 1 到 3 天，包括：

- 腹泻。
- 呕吐。
- 恶心。
- 腹痛。

部分患者还可能出现发热、头痛和全身酸痛。

！ 诺如病毒对儿童和老年人可能更具危险性。



如果您的症状很严重，请联系您的医疗保健服务提供者。

如果您生病了，请待在家里休养！

不要准备食物，也不要照顾他人。

症状消失后至少等待 2 天。



经常洗手。



用热水清洗衣物。



用漂白剂对表面进行消毒。按照标签说明操作。



您在吃完东西后生病了吗？

请立即向当地的卫生部门报告疾病情况。他们会帮助防止更多人患病。