

가정 내 식중독 예방 노로바이러스

노로바이러스는 전염성이 매우 강한 바이러스입니다.

불과 18개의 바이러스 입자만으로도 감염될 수 있습니다. 일반적인 사람은 평생 5번 정도 노로바이러스에 감염됩니다.



이 바이러스는 감염된 사람의 대변과 구토물을 통해 전파됩니다.

노로바이러스는 다음을 통해 감염될 수 있습니다.

- 오염된 음식과 물
- 오염된 표면
- 아픈 사람과의 접촉

아픈 사람은 증상이 사라져도 노로바이러스를 전파할 수 있습니다. 노로바이러스는 조리대 위에서 몇 주 동안 생존할 수 있습니다.

증상은 1-3일 동안 지속되며 다음을 포함합니다.

- 설사
- 구토
- 메스꺼움
- 복통

일부 사람들은 발열, 두통, 몸살을 경험하기도 합니다.

! 노로바이러스는 영유아와 노인에게 더 위험할 수 있습니다.



증상이 심하면 의료인에게 연락해야 합니다.



몸이 아플 때는 집에 머물러야 합니다!

음식을 조리하거나 다른 사람을 돌보지 마세요.

증상이 없어진 후에도 최소 2일 동안 기다리세요.



손을 자주 씻으세요.



옷은 뜨거운 물로 세탁하세요.



표백제로 표면을 소독하세요. 라벨에 적힌 지침을 따르세요.



음식을 먹은 후 몸이 아프다면?

지역 보건국에 즉시 연락해서 알립니다. 더 많은 사람이 병에 걸리지 않도록 예방할 수 있습니다.