



가 정 통 신 문

교무실

☎533-4124

겨울철 노로바이러스로 인한 식중독 주의

노로바이러스는 오염된 음식물이나 물 등을 섭취할 경우, 식중독을 일으키는 장관계 바이러스로, 영하 20°C에서도 생존가능해 겨울철에 자주 발생합니다. 식중독 예방수칙을 준수하여 겨울철 노로바이러스로부터 안전한 생활을 합시다.

◎ 노로바이러스란?

- 증상 : 감염 후 24~48시간 내에 메스꺼움, 구토, 설사, 복통 등이 나타남
- 감염경로 : 노로바이러스에 오염된 어패류와 지하수, 오염된 물로 씻은 채소류 및 과일류 등

◎ 가정에서 실천하는 식중독 예방 6대 수칙

	손씻기 흐르는 물에 비누로 30초 이상 씻기		구분 사용하기 날음식과 조리음식 구분 칼·도마 구분 사용
	익혀먹기 육류 중심온도 75°C (어패류는 85°C) 1분 이상 익히기		세척·소독하기 식재료·조리기구는 깨끗이 세척·소독하기
	끓여먹기 물은 끓여서 먹기		보관온도 지키기 냉장식품은 5°C 이하 냉동식품은 -18°C 이하

- 출처: 식품의약품안전처 -

◎ 노로바이러스로부터 안전한 굴 섭취 방법

- 제품 포장에 '가열조리용' 표시 여부를 확인하기
 - 제품 포장에 '가열조리용', '익혀 먹는' 등의 표시가 있는 제품은 반드시 중심온도 85°C, 1분 이상 가열해 먹어야 합니다.
- 가급적 가열 조리해 먹기
 - 노로바이러스는 열에 약하기 때문에 굴을 생식으로 먹기보다 굴국밥, 굴찜, 굴전 등으로 가열 조리해 먹는 것이 안전합니다.

◎ 식중독 발생 시 대처 요령

- 설사가 2회 이상 계속되면서, 구토, 복통, 발열, 오심 등의 증상이 있는 경우 인근 병·의원을 방문합니다.
- 함부로 지사제를 복용하지 말고, 의사의 지시에 따르며, 아이들은 구토물에 기도가 막히지 않게 옆으로 눕히고, 탈수 방지를 위해 충분한 물을 섭취하도록 합니다.

2023년 12월 6일

배 영 중 학 교 장 (직인생략)