

2022.12.22.

 건강일상FM

ON AIR



**‘노로바이러스 감염증’이란
무엇인가요?**

안녕하세요 건강지킴이 제니와 예니입니다.

저희는 공중보건과 감염병에 관한
다양한 정보들을 알려드리려고 합니다.

그 첫 회! 오늘의 주제는?!



오늘의 주제는 **노로바이러스 감염증**입니다!

Q.1

「노로바이러스 감염증」이란 무엇인가요?

여니

엄마, 오늘 학교에서 노로바이러스 감염증에 대해 들었어요...
손을 깨끗이 씻어야 한다는데 그게 뭐예요?

엄마

노로바이러스의 감염에 의한 급성 위장관염을 얘기하는 건데...

여니

???...어려워요.

엄마

이 말은 어려운가... 아, 그래, 배탈 같은 거라고 할 수 있어. 4계절 언제든 발생할 수 있지만, **특히 겨울에 더 자주 발생할 수 있단다. 노로바이러스는 어린이집, 유치원, 학교, 사회복지시설과 같은 집단 시설에서 단체로 설사를 일으킬 수 있는 주요 원인 병원체 중에 하나라고 할 수 있지.**



Q.2

「노로바이러스 감염증」에는 어떤 증상이 있나요?

지니

얼마전에 친구가, 토하고 설사했는데, 그게 노로바이러스일까요?

엄마

글쎄... 그 친구가 노로바이러스 감염증인지 모르겠지만 증상은 비슷한 것 같아. 노로바이러스에 감염되면 12시간에서 48시간 안에 메스꺼움, 구토, 설사 같은 증상이 나타나고

지니

아, 엄마 여기 건강사전에 이렇게 나와 있어요. 그 외에도 **배가 아프거나, 열이 나면서 추위를 느끼는 오한이 오기도 한다. 두통이나 근육통으로 아플 수도 있다. 그러나 대부분은 2~3일 정도 지나면 저절로 회복된다.** 다만, 물을 충분히 마셔주지 않으면 탈수증이 나타날 수도 있으니까 탈수를 방지하기 위해 **충분한 수분 섭취**는 매우 중요하다고 쓰여 있어요.

여니

"물이 필요하다" 형광펜 짹!



Q.3

「노로바이러스 감염증」은 어떻게 감염되나요?

엄마

우선, 노로바이러스에 오염된 음식을 먹거나 물을 마시면 감염될 수 있어.
그리고 환자가 오염된 손으로 만진 물건이나 음식 등에 바이러스가
있을 수 있어서 손을 자주 씻고, 입을 만지면 안 돼.

여니

아! 그래서 선생님이 손을 잘 씻어야 한다고 말씀하셨던 거였네요!!

피니

음식도 잘 익혀 먹어야 하고요!

엄마

와, 잘 아네! 맞아 평소시에 예방수칙을 꼭 잘 지켜야 해



Q.4

「노로바이러스 감염증」에 걸리면 어떻게 해야 하나요?

여니

그런데 언니, 노로바이러스 감염증에 걸렸을 때는 어떻게 해야 해?

지니

어, 그건 그래 여기서 잠깐! 질병관리청과 통화해보겠습니다.



질병청



첫째, **집단생활을 자제**하는 것이 좋습니다. 둘째, **생활공간 분리**가 필요합니다. 혼자 구토물의 비말에 의한 감염이 가능해 화장실 등의 생활공간을 분리해야 합니다. 또한, 노로바이러스는 자연환경에서 3일까지 생존할 수 있어서 환자가 사용하였던 공간은 염소계 소독제(락스 1.50 희석액)로 소독하고, 세탁물은 60℃ 이상에서 세탁하도록 합니다.

Q.5

「노로바이러스 감염증」을 예방하려면 어떻게 해야 하나요?



질병청



식사 전, 외출 후, 배변 후에는 비누로 30초 이상 올바른 손씻기 등
개인위생수칙을 잘 지켜야 해요. 이때 손소독제 사용만으로는 노로바이러스가
충분히 제거되지 않으므로 비누를 이용해 잘 씻는 게 좋아요.

그리고 음식은 흐르는 물에 잘 씻거나 충분히 익혀 먹는 등 안전하게 조리한 음식만을
섭취하는 것도 중요합니다. 칼과 도마는 소독하여 사용하고 조리도구는 채소용,
고기용, 생선용으로 구분해서 사용해야 합니다.

2022. 12. 22.



질병관리청



건강일상FM

OFF AIR



오늘은 겨울철에 발생이 증가하는
노로바이러스 감염증에 대해 알아보겠습니다.
우리 나쁜 세균을 때어내기 위해 손을 잘 씻어요. 약속!

건강일상FM

노로바이러스감염증 발생 시 소독방법

가정 또는 시설에서 감염된 사람이 발생한 경우에 어떻게 해야할까요?

환자구토물이나 분변에는 바이러스가 가득합니다. 깔끔하게 치우고 소독합시다!

1) 페트병을 이용하여 간단한 소독액을 만듭니다.

준비물

- 염소계 표백제
- 500ml 페트병(잘 씻고 건조한 병), 종이컵(180ml)
- 종이타월
- 쓰레기봉투(버리기 쉽도록 쓰레기통에 씌워놓기)
- 일회용 고무장갑
- 마스크 및 앞치마 등(감염방지용)



2) 구토물 또는 분변을 처리합니다(염소농도 4%표백제를 사용하는 경우).

① 0.1%(1000ppm)~0.5%(5000ppm)농도의 소독액을 만듭니다.

0.1%(종이컵 1/5컵분량) 또는 0.5%(종이컵 1/3컵분량)으로 염소계 표백제를 페트병에 붓습니다.

물을 더해 500ml로 채운 후 뚜껑을 닫아 잘 흔들어 섞습니다.



② 구토물이나 분변을 치워 비닐봉지에 담습니다.

소독액을 적신 종이타월로 구토물 등을 닦습니다.

닦아낸 면을 덮어가면서 담아 제거한 후 쓰레기봉투에 담습니다.



③ 구토물 등이 있던 곳과 주변을 소독합니다.

소독액을 적신 종이타월로 수 차례 닦은 후 물로도 수 차례 닦는다.

사용한 종이타월과 장갑도 쓰레기봉투에 담아 소독액을 뿌린 후 밀폐시켜 버린다.



3) 처리 후에는 비누를 이용하여 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기를 합니다.