



# 행복한 배움이 있는 따뜻한 울타리

## 2023학년도 11월 영양소식

http://www.전주덕일초등학교.kr/  
문의 : ☎ 063-279-3198

### 노로바이러스란?

- 노로바이러스는 유전학적, 면역학적으로 매우 다양하며 감염 시 급성 위장염을 일으킵니다.
- 10개의 유전자 그룹이 존재하며, 사람, 소, 쥐 등에게 감염 일으킨다고 알려져 있습니다.

### 노로바이러스는 어떻게 전염 되는거죠?

- 노로바이러스에 오염된 굴, 조개류(이매패류)를 먹은 경우
- 노로바이러스에 오염된 지하수를 섭취하거나 오염된 지하수로 세척 한 식품을 섭취한 경우
- 감염자의 구토물이나 변을 통해 배출된 바이러스가 환경에 노출되어 있다가 다른 사람을 통해 전염시키는 경우

### 노로바이러스 식중독에 걸리면 증세는 어떤가요?

- 구토와 설사가 대표적인 증상이며, 복통, 근육통, 발열이 있을 수 있습니다.
- 개인별 차이가 있어 설사나 구토 증세가 없는 상태에서 변으로 바이러스를 배출하는 경우도 있으므로 증세가 없는 경우에도 철저한 개인 위생관리가 필요합니다.

### 노로바이러스는 백신이 있나요?

- 노로바이러스는 형태가 다양하고 항체 유지기간이 짧아 백신으로 예방이 어렵습니다.

### 노로바이러스 감염 방지를 위해 알콜로 소독해도 될까요?

- 알콜은 바이러스의 외피를 제거해 감염력을 잃게 만드는데 노로바이러스와 같이 외피가 없는 바이러스에는 소독효과가 없습니다.
- 따라서 비누를 이용하여 흐르는 물에 손을 씻는 것이 가장 좋습니다.

Q&A 알아보는  
**노로바이러스  
식중독  
바로알기**

<p>노로바이러스 식중독은 겨울철에 발생률이 높다?</p> <p><b>YES!</b></p> <p>바이러스 감염 활성이 겨울철에 강해집니다.</p> <p>노로바이러스는 -20℃에서도 잘 살아남을 수 있고, 여름철보다 겨울철에 더 많이 발생합니다.</p>	<p>노로바이러스 식중독은 다른 식중독에 비해 발생 가능성이 높다?</p> <p><b>YES!</b></p> <p>노로바이러스는 단 10개 정도만으로도 쉽게 전염을 일으키는 식중독균입니다.</p> <p>cf. 리스테리아 식중독균은 음식물 1g당 10<sup>6</sup>~10<sup>7</sup>개 정도로 감염 발생.</p> <p>철저한 개인위생 수칙 준수를 통한 예방이 중요합니다.</p>	<p>예방접종을 통해 노로바이러스를 예방할 수 있다?</p> <p><b>NO!</b></p> <p>노로바이러스 식중독 예방 접종에 대해 아직까지 알려져 있지 않습니다.</p> <p>따라서 개인위생과 조리도구 시설의 세척 소독을 철저히 하여 식중독을 예방할 수 있습니다.</p>	<p>상한 음식을 조심하면 노로바이러스 식중독에 걸리지 않는다?</p> <p><b>NO!</b></p> <p>노로바이러스는 오염된 음식 섭취뿐만 아니라, 사람 간 접촉을 통해서도 전파됩니다.</p> <p>따라서 증상이 있다면 기급적 사람 간 접촉 등을 피해야 합니다.</p>
---	---	--	---

**노로바이러스 예방**

손은 흐르는 물에  
비누로 30초 이상 자주 씻기

식재료는 깨끗한 물로 세척하기  
다른 식재료에 튀지 않게 주의

음식은 충분히 익혀먹기  
어패류는 중심온도 85℃, 1분 이상 익히기

지하수 사용 시  
염소소독장치 정상 작동 여부 확인

출처: 식품의약품안전처