

# 노로바이러스 예방법

식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

**꼭 기억해야 할 노로바이러스 식중독 예방법**

## 가열, 세척, 소독이 기본입니다.

우리 함께 지켜요~  
노로바이러스 식중독 예방요령

**예방**

식품의약품안전처

## 노로바이러스란?

**식중독! 멈춰!**

10~100개의 소량으로도 감염을 일으키고, 전염성이 강하며 급성위장관염을 유발하는 바이러스입니다.

\*연중 발생하며, 특히 초겨울부터 봄철까지 최대 발생

이미지 출처 : 미국 질병통제예방센터(CDC)

식품의약품안전처

## 노로바이러스 감염증상과 감염경로

**! 노로바이러스 감염증상**

**잠복기간** 12~48시간

**주요증상** 설사, 구토, 구역질, 복통, 발열 등

**! 노로바이러스 감염경로**

오염된 물, 음식 등의 섭취 및  
감염자 접촉을 통한 사람 간 전파,  
감염자의 분변- 구토물에 의한 전파

식품의약품안전처

## 노로바이러스 예방법 1

### 식중독 예방

**손은 흐르는 물에 비누로 30초 이상 자주 씻기**

**물은 끓여 마시기**

**식재료는 깨끗한 물로 세척하기, 다른 식재료에 튀지 않게 주의**

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

식품의약품안전처

## 노로바이러스 예방법 2

### 사람 · 환경 등 예방

**화장실에서 설사 또는 구토했을 때에는 변기 뚜껑을 닫고 물 내리고, 주변을 철저히 소독하기**

**구토물은 소독액을 적신 종이타월로 5분정도 덮은 후 닦고 비닐봉투에 담아 밀폐하여 폐기하기**

**문고리, 수도꼭지 등 접촉하는 표면을 자주 소독하기**

**증상이 있는 사람은 조리하지 않고 증상이 나아진 이후에도 최소 2~3일간 공동생활 피하기**

식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

## 안전한 식생활 365

식품의약품안전처가 함께합니다

**식중독! 멈춰!**

**NO!**