



삼봉유치원 영양소식

(식중독예방-노로바이러스)

놀이로 배우며
꿈을 키우는
행복한 우리

홈페이지 : <http://school.jbedu.kr/sambong/>

교무실 262-2115

행정실 262-3609

식생활관 262-5010

여름철 식중독 예방 관리- 노로바이러스

여름철 기온 상승 및 계절에 관계없이 노로바이러스의 상시 유행, 외부 식재료 오염 등 다양한 요인으로 식중독 의심신고가 증가하는 실정으로 보다 철저한 위생관리가 필요합니다. 이에 삼봉유치원에서는 급식 식재료 및 작업위생, 개인위생관리 등에 만전을 기하고 있습니다. 각 가정에서도 유인물을 참고하셔서 건강한 식생활이 될 수 있도록 관리해 주시기 바랍니다.

[삼봉유치원 식중독 위생관리 중점사항]

【검수】 가공식품 등 외부 식재료 검수 철저(포장상태, 식품온도, 소비기한, 품질상태 등)

【보관】 식재료 소비기한 및 보관기준 준수, 식품보관장소 청결관리

【전처리, 조리】 비가열식품은 세척·소독 철저, 가열식품은 중심온도 관리 철저

* 식품 중심온도 75℃(패류 85℃) 1분 이상 가열 조리

* 잠정적 김치류 볶음김치로 조리

【배식】 열장 음식은 57℃ 이상 유지 또는 2시간 이내 배식 완료, 맨손 작업 금지

【개인위생】 학생·교직원 개인위생(손 씻기 등) 관리 철저

【세척】 급식기구·조리도구 세척 및 소독 철저

【식중독 발생 시 대응】 2024학년도 식중독 비상대책반 운영 실시



● 식중독 예방 3대 요령

1. 손씻기 - 손을 비누로 깨끗이 씻기
2. 익혀먹기 - 음식물은 익혀서 먹기
3. 끓여먹기 - 물은 끓여서 먹기

• 식중독 예방의 지름길은 **손씻기**에서 시작됩니다.



식중독을 일으키는 노로바이러스·포도상구균

※ 식중독을 가장 잘 일으키는 주범 노로바이러스와 포도상구균에 대해 알아보시다.

● 노로바이러스

일반적으로 식중독은 음식물이 부패하기 쉬운 여름철에 발생하는 것으로 알고 있지만, 노로 바이러스 의한 식중독은 겨울철에도 잘 일어나는 식중독입니다. 노로바이러스는 급성설사질환을 일으키는 대표적인 병원성 바이러스이며, 현재 우리나라 뿐만아니라 미국, 일본에서도 집단 식중독의 약 50%를 차지하고 있습니다.

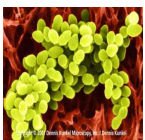
● 어떻게 감염이 되나요?

노로바이러스는 오염된 음식물(굴 등 조개류, 생야채)이나 물을 통해 감염되거나 감염된 사람에게서도 전염이 됩니다. 따라서 노로 바이러스에 감염된 사람은 설사가 멈추더라도 2~3일 동안은 계속 대변으로 배출되므로 사람과의 접촉을 피하고 음식물을 만지지 않고, 위생관리에 철저하게 해야 합니다.

● 예방은?

겨울철까지 음식과 물은 충분히 끓여서 먹고, 화장실 다녀온 후, 식사 전 손 씻기를 꼭 실천해야 합니다. 겨울철 손 시럽다고 손을 씻지 않으면 안되지요 ?

포도상구균



포도상구균 식중독은 우리 주변에 많이 있으며 특히 긁은상처(여드름, 뽀루지, 상처 긁은것 포함)에 많이 있습니다.

열에 강해 120℃이상에서 20분간 가열해도 파괴되지 않으며, 심한 구토, 설사, 메스꺼움, 배아픔 등의 증상이 나타납니다.

● 어떻게 감염이 되나?

. 우유, 버터, 크림, 치즈 등의 유제품과 육류와 사람의 손이 많이 가는 김밥, 도시락, 곡류와 그 가공품에서 많이 나타나고 있습니다. 손 상처를 가진 사람에 의한 조리나 음식을 만지는 것에 의해 감염되는 경우가 가장 많습니다.

● 예방은?

- . 손에 상처를 가진 사람이 조리나 배식을 하지 않도록 하는 것입니다.
- . 특히 학생들이 배식을 할 경우 손에 상처가 있는 경우 절대 배식을 하면 안되지요 ?

• 식중독 예방의 지름길은 **손** 씻기에서 시작됩니다.

Q1. 노로바이러스란?

A1. 노로바이러스는 유전학적, 면역학적으로 매우 다양하며 **감염 시 급성 위장염**을 일으킵니다. 10개의 유전자그룹(G I~X)이 있고 그룹에 따라 사람, 소, 쥐 등을 감염시키며 사람에게는 3개 그룹(G I,II,IV)이 감염을 일으킨다고 알려져 있습니다.

Q2. 노로바이러스에 음식물이 왜 오염되는거죠?

A2. 노로바이러스는 굴, 조개류(이매패류)나 지하수에 오염되는 경우가 있어서 오염된 이매패류를 먹거나 오염된 지하수를 마신 사람이 노로바이러스에 감염되고, 감염자의 구토물이나 변을 통해 배출된 바이러스가 환경에 노출되어 있다가 접촉자를 통해 음식을 오염시키거나 다른 사람을 감염시킬 수 있습니다.

Q3. 노로바이러스 식중독에 걸리면 증세는 어떤가요?

A3. 노로바이러스 종류에 따라, 환자의 상태나 연령에 따라 증세가 다를 수 있으나 구토와 설사가 대표적인 증세입니다.

- 그 밖에도 복통, 근육통, 발열이 있을 수 있고 개인별 차이가 있어 설사나 구토 증세가 없는 상태에서 변으로 바이러스를 배출하는 경우도 있으므로 구토나 설사 증상자는 물론이고 증세가 없는 경우에도 철저한 개인위생관리가 필요합니다.

Q4. 노로바이러스는 백신이 있나요?

A4. 노로바이러스는 형태가 다양하고 항체 유지기간이 짧아 백신으로 예방이 어렵습니다. 감염되었던 사람도 일정 기간이 지나면 같은 바이러스에 다시 감염될 수 있으므로 **평상 시 개인 및 식품 위생관리로 예방하는 것이** 최선입니다.

Q5. 노로바이러스 식중독 환자가 발생하면 어떻게 하죠?

A5. 구토, 설사 등 노로바이러스 감염이 의심될 경우 즉시 **의료기관을 방문하여** 의사의 지시를 따르고, 2인 이상 발생 시 **관할 보건소에 신고**해야 합니다.

- 성인이 선 채로 구토 시 구토물이 전방 3m까지 튈 수 있다고 합니다. 위생용 비닐장갑, 앞치마, 마스크 등을 착용하고 오염물이 튀거나 옷에 묻지 않도록 주의하여 치우고 주변 바닥은 염소소독제 등으로 반드시 소독하여야 합니다.

Q6. 염소소독제 희석액은 어떻게 만들고 사용하죠?

A6. 환자 발생 시 구토물이나 화장실 소독용은 유효염소 5% 가정용 염소소독제를 약 10배 희석(소독제 50ml(1/4컵) + 물 450ml, 5,000 ppm)하여 사용하고,

- 평상 시 식중독 예방용 소독액은 유효염소 5% 가정용 염소소독제를 약 50배 희석(소독제 10ml(1/20컵)* + 물 490ml, 1,000 ppm)하여 사용하며,

* 가정용 염소 뚜껑 1개 가득 또는 종이컵 바닥에서 약 0.5cm 정도

- 생채소 소독액은 식품첨가물로 표기된 유효염소 5% 염소소독제를 약 500배 희석(소독제 20ml(1/10컵) + 물 10ℓ(100컵), 염소농도 100ppm)하여 5분 이상 담갔다 물로 3회 이상 세척 후 먹기 좋은 크기로 절단하여 제공합니다.

Q7. 오염장소를 세척시 염소소독제 이외에 다른 소독제를 사용할 수 있을까요?

A7. 사용하실 수 있습니다. 주변에서 쉽게 구할 수 있는 염소계 소독제(차아염소산나트륨)를 사례로 든 것이고 이산화염소, 과산화초산 등 다른 살균 소독제를 사용하여도 무방합니다.

Q8. 노로바이러스 식중독 예방은 어떻게 할까요?

A8. 노로바이러스는 손씻기로 개인위생 관리를 철저히 하고 음식물을 충분히 가열하여 섭취하며 지하수는 끓여서 마시도록 합니다. 공동 급수대를 이용하는 경우에는 급수대 꼭지에 개인컵 등이 닿지 않도록 주의하는 것이 중요합니다.

Q9. 노로바이러스 감염 방지를 위해 알콜로 소독해도 될까요?

A9. 알콜은 바이러스의 외피를 제거해 감염력을 잃게 만드는데 노로바이러스와 같이 지질외피가 없는 바이러스에는 소독효과가 없습니다. 따라서 비누를 이용하여 흐르는 물에 손을 씻는 것이 가장 좋습니다.



식중독
확산방지

구토물 소독·처리요령



격리

구토물에 접촉되지 않도록 구획표시(테이프, 의자등)하고 접근 금지



소독·처리물품 준비

구토물 소독·처리에 필요한 물품(위생장갑, 마스크, 소독제, 흡수패드 등) 준비



작업자 보호

작업자가 접촉 또는 감염되지 않도록 위생장갑, 마스크, 일회용 보호복 등 착용



응고제 뿌리기

구토물에 응고제 뿌리고 흡수패드를 덮어 완전히 응고될 때까지 기다림(약5분)



구토물 버리기

응고된 구토물은 패드를 이용하여 모아 밀폐봉투에 담음



오염지역 소독하기

구토물이 있던 자리에 소독제(염소계 소독제 5,000ppm)를 충분히 적시고 기다림(약5분)
소독제와 종이타월을 이용하여 주변의 오염지역을 충분히 소독·청소



쓰레기 버리기

사용한 모든 물품(종이타월, 위생장갑, 마스크, 일회용 보호복 등)은 밀폐봉투에 넣고
소독제(5,000ppm)를 부어 밀폐처리. 외부에 있는 쓰레기통에 넣어 폐기처리



손씻기

모든 작업완료후, 비누를 사용하여 깨끗하게 손씻기

알고있어!

- 구토물 소독·처리 물품은 미리 준비하여 상시적으로 비치
- 응고제는 없을 시 사용하지 않을 수 있음
- 작업자는 급식과 관련 없는 사람이 수행