

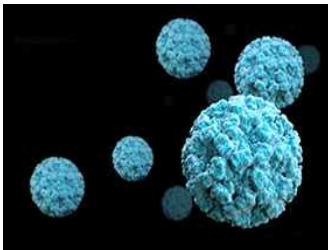


겨울철에도 식품매개질환 안심할 수 없습니다!

겨울철에 최다 발생하는 **노로바이러스**는
<손 씻기, 익혀 먹기, 끓여 먹기>가 가장 효과적인 예방방법입니다.

노로바이러스는 추운 날씨에도 오랫동안 생존하고,
크히 적은 양으로도 감염됨으로 각별한 관심이 필요합니다.

노로바이러스란?



- 오염된 식품(채소, 과일, 패류), 물(지하수)을 통한 감염이 가장 많고, 감염환자의 건조된 분비물(분변 및 구토물)을 접촉, 흡입하여 감염되기도 함
- 주 증상은 오심, 구토, 설사, 복통임
- 대부분 1~3일이 지나면 자연회복 됨

노로바이러스 예방수칙



비누를 사용하여 흐르는 물에 20초 이상 손 씻기를 합니다



채소와 과일류 등은 흐르는 수돗물에 깨끗이 씻어 먹습니다



굴 등 패류는 되도록 85°C에서 1분 이상 가열하여 먹습니다



조리기구와 식기는 사용 후 열탕처리하고 주변을 청결하게 관리합니다



물은 끓여서 마십니다

노로바이러스, 이런 것들이 궁금해요!

1. 겨울철에 노로바이러스 감염증 발생이 높은 이유는 무엇인가요?

- 노로바이러스는 추운 날씨에도 오랫동안 생존하며 적은 수의 바이러스도 감염되기 때문에 오염된 음식, 환자와의 접촉에 의해 쉽게 전파될 수 있습니다. 겨울철 추운 날씨로 손 씻기 등 개인위생 관리가 소홀해지기 쉽고 실내활동이 많아져 사람 간 감염이 잘 일어날 수 있기 때문에 노로바이러스 발생이 높습니다.

2. 노로바이러스에 감염되면 어떤 증상이 나타나나요?

- 주증상은 오심, 구토, 설사, 복통이며, 대부분의 경우 증상은 경미합니다. 바이러스에 감염된 후 24~48시간의 잠복기를 거쳐 증상이 나타나게 됩니다.

3. 노로바이러스에 감염되었다라도 치료받으면 빨리 회복되나요?

- 노로바이러스는 항바이러스 치료제나 예방백신이 없기 때문에 손실된 수분과 영양을 공급하는 대증요법을 실시하고 있습니다. 성인의 경우 1~3일이 지나면 자연회복됩니다. 또한 이전에 감염되었던 사람도 재감염될 수 있습니다.

4. 노로바이러스 감염을 막기 위한 개인위생 수칙은 무엇이 있나요?

- 외출해서 돌아온 후, 화장실 사용 후, 식사하기 전, 식재료 취급 등 조리시작 전·후에는 반드시 세정제를 이용하여 흐르는 물에 20초 이상 손을 깨끗이 씻어야 합니다.
- 가정 내 의심환자 발생 시에는 화장실 변기와 문손잡이 등은 염소소독제로 살균합니다.

5. 노로바이러스의 주요 원인이 되는 식품에는 어떤 것들이 있나요?

- 노로바이러스에 감염된 환자의 분변에 오염된 물로 씻은 채소류 및 과일류, 굴 등 오염된 패류와 물(지하수 등)이 노로바이러스 감염의 주요 원인 식품입니다.

6. 노로바이러스에 감염 후 회복되었어요. 바로 음식을 해도 괜찮나요?

- 환자는 회복된 이후에도 계속해서 노로바이러스를 배출할 가능성이 있으므로 회복된 이후에도 최소 7일 이상 조리과정에 참여하지 않도록 합니다.

7. 식당을 운영하고 있는데 어떤 것들을 주의해야 할까요?

- 식당뿐만 아니라 단체급식시설(학교, 직장 등), 김치 제조업체 등도 주요한 감염원입니다. 따라서 아래의 주의사항을 살피는 것이 좋습니다.
- 조리종사들이 손 씻기를 철저히 하도록 하며, 조리종사자들에게서 설사나 구토, 감기와 같은 증상이 있을 경우 식품을 직접 취급하는 작업에 종사하지 않도록 해야 합니다.
- 정기적으로 수질검사를 하여 분변오염 여부를 확인하고, 주변 정화조나 하수관들의 균열을 살펴 이상 시 교체토록 합니다.
- 외부로부터의 오염을 막기 위해서 가급적이면 손님과는 별도로 종사자 전용의 화장실을 설치하고, 조리 종사자 사이의 상호 오염을 방지하기 위해서 음식물 조리 시 철저한 위생수칙 준수, 문손잡이 등 손이 직접 닿는 장소의 주기적인 세척, 소독 등의 위생관리 대책을 세우는 것이 중요합니다.

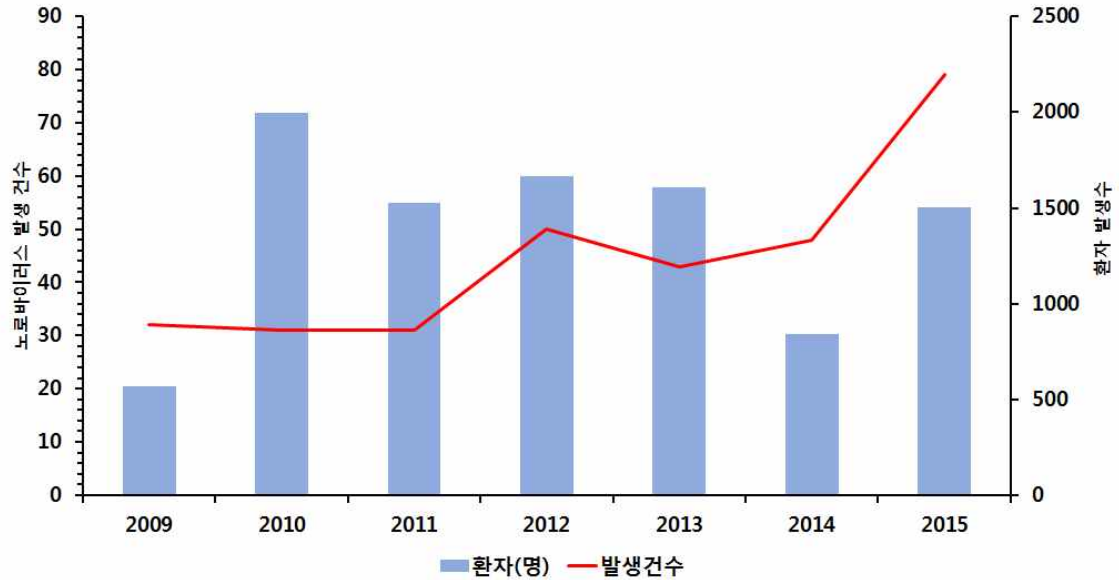
8. 집단급식시설 이용자 또는 음식점 고객 중 환자가 발생하면 어떻게 대처해야 하나요?

- 오심, 구토, 설사, 복통 등의 증상이 나타나는 **노로바이러스** 감염 의심환자는 가까운 의료기관에 방문하도록 하고, 집단 설사환자가 발생한 경우에는 가까운 보건소(급식시설 또는 음식점 소재 자치구 보건소)에 신고하여야 합니다.
- 환자 분변이나 구토물 등을 처리할 경우 반드시 일회용 장갑과 마스크 등을 착용하고 오물을 청소한 후 주변 바닥은 반드시 염소소독을 실시합니다.

참고

노로바이러스 발생현황

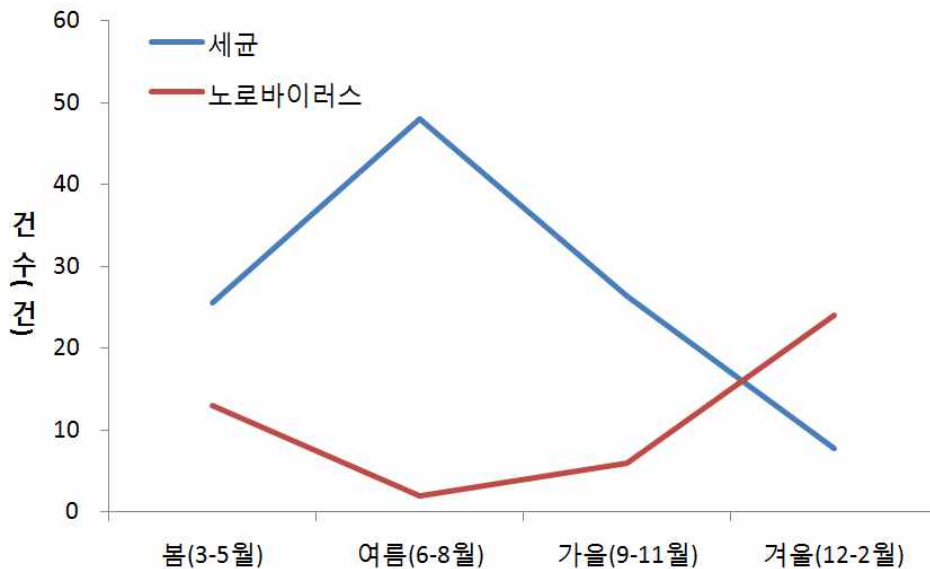
□ 노로바이러스 연도별 발생현황



※ 질병관리본부 감염병역학조사연보 자료입니다.

노로바이러스 발생은 전년 (48건) 대비 65% 증가한 79건으로 증가하였으며, 수인성 식품매개질환 중 가장 많이 발생하였습니다.

□ 계절별 노로바이러스 식중독 발생현황



※ 식품의약품안전처 자료입니다.

노로바이러스는 최근 5년('11~15년) 동안 한 해 평균 46건이 발생하였고, 이 중 53%(24건)가 12월에서 2월 사이 겨울철에 집중적으로 발생하였습니다.