

# 노로바이러스 식중독 예방하기



겨울부터 봄까지가 **노로바이러스**로 인한 식중독 의심환자 발생이 가장 많아지는 시기입니다.  
특히 11월부터 증가하여 1월과 3월에 특히 많이 발생하는 것으로 나타났습니다.  
지금부터 **개인 위생**과 **식품위생** 관리에 **각별한 주의**를 기울여서 식중독을 예방해봅시다.



-20°C  
이하



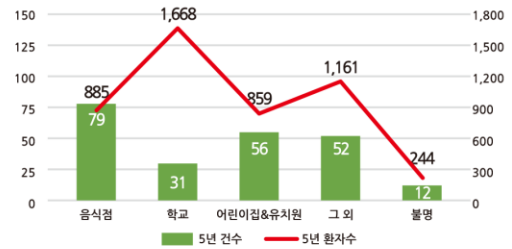
## 노로바이러스 특징 및 증상

- ☑ 노로바이러스는 오염된 음식물이나 물 등을 통해 섭취할 경우 사람에게 식중독을 일으키는 장관계 바이러스의 일종입니다.
- ☑ 바이러스에 오염된 식품 섭취 후 24~48시간이 지나면 구토, 설사, 복통 등과 같은 식중독 증상을 유발합니다. 특히 어린이, 노약자 등 면역력이 약한 사람들은 탈수 증상 등에 유의하여야 합니다.



## 노로바이러스 발생 현황

\* 최근 5년간('16~'20년) 장소별 노로바이러스 식중독 발생 현황



어린이집 등은 밀집된 공간에서의 생활로 직·간접적인 접촉이 많아 식중독 발생이 증가합니다.

## 노로바이러스 감염 및 전파

오염된 음식섭취로 인한 감염



노로바이러스 식중독 환자의 분변과 구토물, 침, 오염된 손을 통해서도 감염 및 전파



☛ 구토, 설사 등 **노로바이러스 감염**이 의심될 경우 즉시 **의료기관**을 방문해 진료를 받도록 하고, 다른 사람과 **직·간접 접촉**으로 **노로바이러스**가 전파되지 않도록 주의

## 노로바이러스 감염 및 전파



어패류는 수돗물로 세척하고, 중심온도 85°C, 1분이상 가열하기



구토물 및 주변을 반드시 소독하기



흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기



채소, 과일은 깨끗한 물로 세척하기



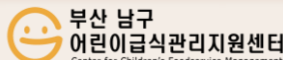
구토 또는 설사 증상 시 조리하지 않기, 증상이 멈춘 후 **최소 2일은 휴식**하기



**표면 소독**하기 (문고리, 수도꼭지, 손잡이 등)



중앙급식관리지원센터  
National Institute of Food & Nutrition Service



부산 남구  
어린이급식관리지원센터  
Center for Children's Foodservice Management

출처 : 식품의약품안전처

## 부산남구어린이급식관리지원센터 그린데이 및 먹거리 안전 안내

- ★ 12월의 그린데이는 비타민 U가 있어 위를 건강하게 해주고 식이섬유가 많아 장운동을 활발하게 해주는 채소 "**양배추**"입니다. 매주 목요일 **달걀양배추죽** ▶ **오징어양배추볶음** ▶ **새우살양배추전** ▶ **양배추샐러드** 를 통해 어린이들이 양배추와 친해질 거예요 ♥
- ★ 겨울철에 유행하는 독감 예방을 위해 가장 권장되는 생활 습관은 손을 잘 씻는 것! 매년 독감 유행이 시작 되기 전에 독감백신을 접종하는 것도 좋아요~