

诺如病毒感染性腹泻高发季校园防控健康提示

发布时间：2020-11-04 来源：疾病预防控制中心

诺如病毒感染性腹泻全年均有发生，10月到次年3月是诺如病毒感染性腹泻流行的高发季节。冬季即将来临，这类疾病是如何传播？感染后有何临床表现？又是如何预防的呢？这里给大家介绍一下相关知识。

1. 什么是诺如病毒？

诺如病毒属于杯状病毒科诺如病毒属，为单股正链RNA病毒，表面无包膜。

诺如病毒具有多个基因型。根据基因结构特征，诺如病毒被分为10个基因组（Genogroup, GI-GX），其中GI、GII、GIV、GVIII和GIX感染人，GI和GII是引起人类感染性腹泻的两个主要基因组，进一步分成30个以上的基因型。

诺如病毒变异快、免疫保护时间短。同一个人可重复感染同一毒株或不同型别的诺如病毒，不同基因型之间无交叉免疫。

诺如病毒具有传染性强，感染剂量低、排毒时间长、免疫保护时间短和全人群普遍易感等特点，使得在学校、家庭、医院、社区、幼儿园、旅游区等人群聚集场所出现诺如病毒感染性腹泻聚集性疫情。诺如病毒主要通过病人的粪便和呕吐物排出，隐性感染者也可排毒。病人在潜伏期即可排出诺如病毒，排毒高峰在发病后2-5天，持续约2-3周，最长排

毒期有报道超过 56 天。诺如病毒感染剂量为 18-2800 个病毒粒子。

诺如病毒环境抵抗力强。诺如病毒在 0℃-60℃ 的温度范围内均可存活，可在物体表面存活 2 周，在水中存活 2 个月以上。酒精和免冲洗洗手液没有灭活效果，但使用较高浓度含氯消毒剂（处理污水 1 小时后余氯浓度大于 10mg/L）可灭活诺如病毒。

2. 诺如病毒如何传播？

感染诺如病毒的病人及隐性感染者均为诺如病毒感染的传染源。

诺如病毒传播途径多样。接触感染诺如病毒的病人，比如处理病人的呕吐物或排泄物，通过摄入粪便或呕吐物产生的气溶胶或间接接触被排泄物污染的环境传播；也可通过食用和饮用被病毒污染的食物和水传播。

3. 诺如病毒感染主要临床表现有哪些？

诺如病毒感染潜伏期短，通常为 24-48 小时，最短 12 小时，最长 72 小时。发病以轻症为主，最常见症状是腹泻和呕吐，其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等。儿童以呕吐为主，成人则腹泻居多。

诺如病毒感染属于自限性疾病，多数患者发病后无需治疗，休息 2-3 天即可康复，少数患者因出现严重并发症需要及时进行治疗。目前无疫苗和特效药物。

4. 诺如病毒感染性腹泻应如何治疗？

发生诺如病毒感染性腹泻，不需服用抗生素，应及时补充呕吐和腹泻时消耗的水分，补充糖盐水或口服补液盐能帮助患者平衡补充水分和电解质。呕吐或腹泻症状严重时应及时就医。

5. 个人与家庭如何预防？

——保持良好的手卫生

保持良好的手卫生是预防诺如病毒感染和控制诺如病毒传播最重要和最有效的措施。饭前、便后、加工食物前应按照 6 步洗手法正确洗手，用肥皂和流动水至少洗 20 秒。注意：消毒纸巾和免洗手消毒剂对诺如病毒无效，不能代替洗手。

——注意个人饮食卫生

喝开水，蔬菜瓜果彻底洗净，烹饪食物要煮熟，尤其是贝类等海鲜类食品更要煮熟煮透。

——患病期间居家隔离

患者需根据病情居家或入院隔离至症状完全消失后 3 天，检测呈诺如病毒阳性但无感染性腹泻症状的隐性感染者，也需居家隔离 3 天。患者勤洗手，保持手卫生，尽量不要和其他健康的家人近距离接触，尤其不要做饭或照顾老人和幼儿。

——做好消毒工作

对患者呕吐物或粪便污染的环境和物品需要使用含氯制剂进行消毒。在清理受到呕吐物污染的物品时，应戴塑胶手套和口罩，避免直接接触污染物。患者家庭环境也应依据医务人员指导加强消毒，避免在家庭内造成传播。

——患病后不要过于担心

诺如病毒感染性腹泻一般病情轻微，持续时间短，预后良好。患者应充分休息，清淡饮食。

6. 托幼机构和学校等集体单位如何防控

——做好宣传

做好诺如病毒感染的健康教育工作，倡导良好的卫生习惯和饮食习惯，倡导学生积极锻炼身体，提高免疫力，利用多种方式开展诺如病毒感染防控知识的宣传。

——加强管理和培训

加强饮水、食品卫生管理，对托幼机构等各类学校进行呕吐物和环境消毒方法的培训和传染病知识的培训。

——制定传染病防控方案和应急预案

学校、托幼机构要应制定传染病防控方案和应急预案，切实落实教师员工晨午检和因病缺课/缺勤登记追踪制度、复课证明查验制度、传染病疫情报告等制度落实。

——做好通风消毒

学校/托幼机构应配备充足的消毒物资及个人防护物资，定期对校区/园区公共场所（如教室、宿舍、食堂、图书馆、

卫生间等），重点部位（如门把手、楼梯扶手、水龙头、便器按钮、电梯按钮、上下床扶手等）进行通风换气、清洁及消毒。

——及时隔离患病人员

有学生/儿童呕吐时，授课老师应立即疏散其他学生/儿童，并向校医/园医汇报，配合校医/园医及保洁人员规范处理呕吐物，同时将发病学生/儿童单独隔离，通知家长带其就医或回家休息。患者隔离至症状消失后 3 天方可复课。食品加工者、护工、幼儿园保育员等从事服务类工作的患者，症状消失 3 天后再返回工作岗位。

——及时报告疫情

校医/园医应在疫情发生后及时向地段保健科及辖区中小学保健所电话报告疫情，并根据专业人员的指导开展进一步的数据报送、病例管理等工作。

7. 病人呕吐物、粪便如何消毒？

酒精对诺如病毒无效，含氯消毒剂对诺如病毒最有效。用纱布、抹布等一次性吸水材料沾取 5000mg/L～10000mg/L 的含氯消毒液完全覆盖污染物，小心清除干净。清理的污染物按医疗废物集中处置，或至含有效氯 5000mg/L 的消毒液中浸泡 30min 后处理。厕所马桶可倒入足量的 5000mg/L～10000mg/L 的含氯消毒液，作用 30min 以上。清洁中使用的拖把、抹布等工具，盛放污染物的容器都必须用含有效氯

5000mg/L 消毒剂溶液浸泡消毒 30min 后彻底冲洗,才可再次使用。集体单位打扫厕所和卫生间的拖把应专用。