

# 諾羅病毒介紹

## 病毒特性

諾羅病毒(Norovirus)是一種單鏈的 RNA 病毒，直徑大約 27-32nm，是一種小圓型病毒 (SRSV-small round structured virus)，屬於人類杯狀病毒(Caliciviruses)家族中的一員，特徵和 1968 年先發現的同族 Norwalk virus 雷同，以前被稱為 Norwalklike viruses (簡稱 NLVs)。

## 傳染途徑

傳染途徑，以糞-口途徑為主，可以是人與人的直接接觸傳染，或食用了被病人糞便所污染的飲水或食物而感染。嘔吐物或排泄物污染的物件或環境也會造成該病毒之傳播，而嘔吐所產生的飛沫若不幸吸入也可能因吞入鼻咽分泌物而致感染。

## 潛伏期

潛伏期可從 18~ 72 小時不等，但通常是 24~48 小時。症狀持續期間約 24-48 小時，除了嬰幼兒、老人和免疫功能不足者，大多數人症狀持續通常不超過 60~72 小時。

## 主要症狀

噁心、嘔吐、腹瀉及腹痛，而全身性的症狀如頭痛、肌肉酸痛、倦怠、頸部僵硬、畏光等現象也有可能發生，約有一半的病人會有發燒，被感染者雖然會感到不適，但除了嬰幼兒、老人和免疫功能不足者，只要能適當的補充流失的水分，給予支持性治療症狀都能在數天內改善。

### 預防諾羅病毒 請你跟我這樣做

衛生福利部疾病管制署 廣  
TAIWAN CDC 告

 <p><b>肥皂 勤洗手</b></p>	 <p><b>避免 生飲生食</b></p>
 <p><b>共食使用 公筷母匙</b></p>	 <p><b>注意居家 衛生</b></p>

如有噁心、嘔吐、腹瀉、發燒、寒顫、倦怠、頭痛及肌肉酸痛等症狀，請儘速就醫！

CDC 衛安

## 諾羅病毒預防方法

- 1 勤以肥皂水洗手**  
 如廁後、進食或準備食物之前，用肥皂水徹底洗手 (酒精性乾洗手無效)
- 2 澈底煮熟**  
 所有食物(尤其是貝類)，應澈底清洗及煮熟
- 3 環境消毒**  
 汙染衣物、床單立即更換，馬桶、門把、玩具物品用漂白水擦拭(1000ppm)
- 4 嘔吐、排泄物處理**  
 糞便、嘔吐物用漂白水消毒(5000ppm)再沖入下水道，處理時戴手套與口罩
- 5 生病在家休息**  
 有症狀的人停止處理食物，餐飲業員工應於症狀解除 48 小時後才可上班



詳見疾病管制署「諾羅病毒(Norovirus)感染控制措施指引」