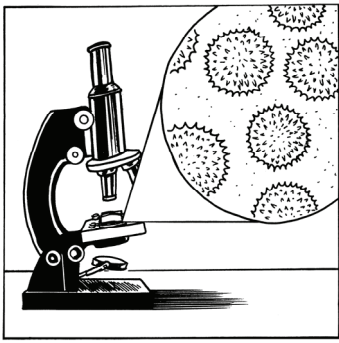
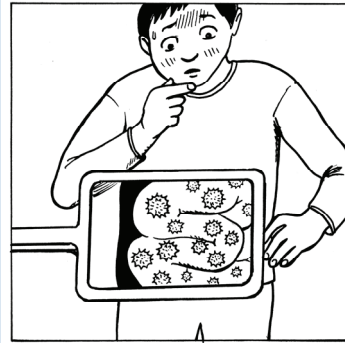


諾羅病毒 (Norovirus)



諾羅病毒感染很常見，
傳染性也很強。



諾羅病毒會感染您的腸和胃。



有時人們會叫它「胃流感」或
「食物中毒」。有諾羅病毒感染
的人大部份可能會有一到三天感
到非常不舒服，然後就會痊癒。



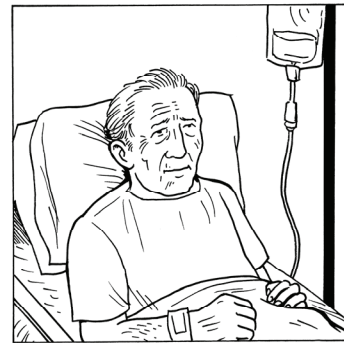
症狀往往會突然出現，
並可能包括噁心、
腹瀉、嘔吐和腹痛。



您也可能會發燒或感到
發冷，頭痛或身體疼
痛。



如果您因為諾羅病毒感
染而生病了，請留在家
中休息，並飲用充分的
湯水或水份。

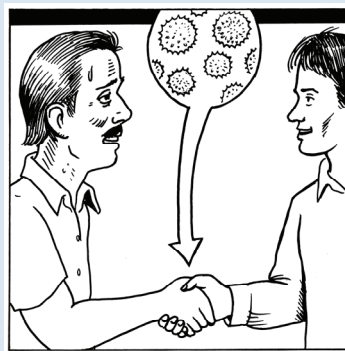


感染諾羅病毒的人如果不飲用足夠的湯水飲
料，就有可能脫水，並且需要住院接受治療。
這對年幼的兒童或長者來說尤其危險。

諾羅病毒從人或物體表面傳播



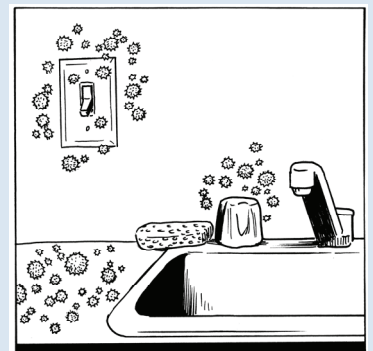
諾羅病毒通過受感染者的糞
便或嘔吐物而離開人體。病
毒很容易傳播，尤其是沾到
人手上時。



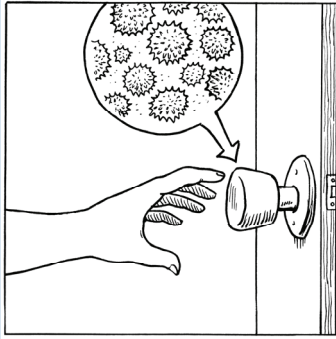
您可能因個人接觸而感染
到諾羅病毒。



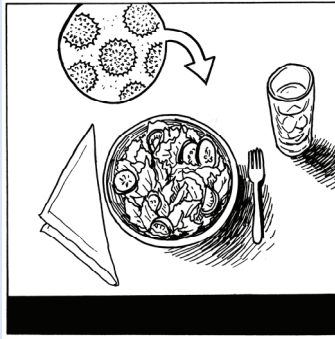
這包括換尿片時。



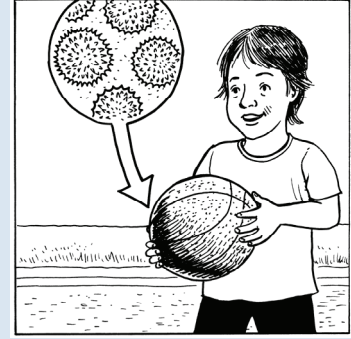
諾羅病毒會留在物體表面或
物體上。



如果帶諾羅病毒的人觸摸了某些物體，他們帶的病毒就可能留下來。如果您觸摸了同一個物體，就可能生病。

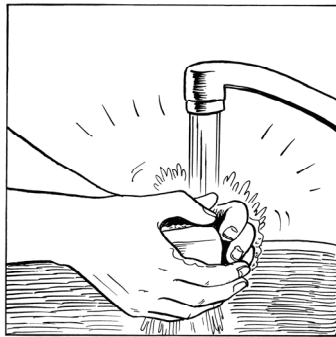


您也可能因食用或飲用被諾羅病毒污染的食物或湯水飲料而生病。



您在生病期間可能會讓他人被諾羅病毒感染，哪怕是在症狀已經消失後。在您感覺身體好點了時，您的身體還可能會釋放出病毒。

避免受感染及傳播諾羅病毒



請在如廁、換尿片後、進食和準備膳食前用肥皂和溫水洗手。

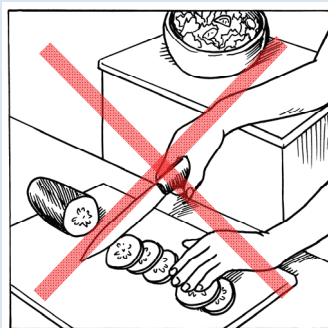


請立刻用肥皂和溫水清潔馬桶、洗手盤以及其他有可能被污染的地方，然後使用以三分之一杯的家用漂白劑兌一加侖的溶液進行消毒。



如果衣服和床單被褥被污染了，請立刻換掉衣服和床單，並用熱水和肥皂洗滌。

如果您生病了，請留在家裡。並至少等症狀消失 2 到 3 天後才做下列這些事情：



為他人準備膳食



在您家以外的地方提供醫
護或託兒服務



出門拜訪他人，尤其是老人
家和嬰兒。