

# 人體無法免疫的 諾瓦克病毒

翻譯：食研所 陳勁初・審稿：藥檢局 陳陸宏組長  
Food News for Consumers/Winter 1989

一些非細菌性的食物中毒，約有40%是由諾瓦克病毒引起的。諾瓦克病毒不像細菌打正規戰，而像打游擊般侵入人體細胞，控制細胞的遺傳物質，來製造病毒本體。

**你**一定常聽到沙門氏桿菌中毒、金黃色葡萄球菌中毒等，但可知有一種叫做諾瓦克病毒(Norwalk Virus)正逐漸蔓延，對健康構成威脅？截至目前已有在飲水、甲殼類、沙拉、涼拌捲心菜等發生的報告，最近更有美國賓州及德拉威州發生於冰品的案例。

## 感染率高

據威斯康辛大學食品病毒專家Dean O. Cliver博士估計：在一些非細菌性的食物中毒中，約有40%是由諾瓦克病毒或類似的病毒引起的。諾瓦克病毒不像細菌打正規戰，而像打游擊般侵入人

體細胞，控制細胞的遺傳物質，來製造病毒本體。當人體細胞破裂，釋出的成千上百病毒，又去侵襲其他的細胞；所以極具感染性，一般只要感染100~1000個病毒，便足以致病。

這樣的描述略顯模糊，換另一種說法會具體些：若有位受感染的廚師調理豐盛的晚餐，宴請100位客人，則可能有60~80人因此而感染。比起一般常見的其他食物中毒的20~40人，明顯地高出許多。

而為什麼會有這麼高的感染率呢？根據調查：許多患病的成人，其血液抗體皆呈陽性反應，顯示這些人過去也曾感染過，現在又罹患。這表示人體無法產生真正的免疫能力，所以人們會一再的受感染、致病。

受諾瓦克病毒感染的症狀，為感染1~2天後，有腹瀉、噁心、嘔吐、腹痛、頭痛、發燒等現象，症狀常十分嚴重，所以患者會去找醫生，或是掛急診。強烈的不舒服感，會持續1~2天。嚴重患者有脫水現象，亦曾有老年人因而致死的報告。

過去發生過的案例有：

1979年：澳洲報告了甲殼類的諾瓦克病毒問題。

1980年：佛羅里達州的牡蠣和紐約的蛤、牡蠣出了問題。

1982年：一位男子調混霜糖供應給明尼亞波里州聖保羅市的糕餅業，結果引起約3000人致病；經調查發現，

野營郊遊飲用水須先煮沸，以免感染諾瓦克病毒。(安麗 攝)



他是受感染者，而調混霜糖時，就用他的雙手在大桶中攪和，甚至整個手肘都浸入霜糖中，而引起了這個超級的霜糖中毒事件。

1983～1985年：美國就發生許甲殼類引起的案例，其中單是紐約州就有888個經証實的例子。海鮮常引起問題的原因是，它本身就像一個過濾器，每天要從大量水中濾取養分，而不幸地是許多的細菌和病毒也就卡留其中了。

1986年：南達科達州野營區水源因受污染，而引起135人受感染的野營事件。很明顯地，這是當地污水滲入井水中，而井水未經適當氯化處理或污水處理所致。但即使污水處理及氯化處理完善，仍是不夠的，因為諾瓦克病毒對氯及其他污水處理藥劑，具有耐性。

此外，諾瓦克病毒能耐冷；1987年賓州一家公司生產的冰，發生了兩起相關的案例，原因是該公司的水井被污染過的水流污染所致。

## 如何防患

由上可知：諾瓦克病毒的確危險，它耐氯、耐冷，高感染率，人體又無法有效形成免疫力。這樣我們該如何防患呢？Cliver博士說：諾瓦克病毒的寄主性很專一，它只感染人的腸細胞，釋出後，除非遇上另一個腸細胞，否則不會繁殖，所以在食物中只是暫留，不像細菌會利用食物大量增殖，而透過熟煮可以殺死它。而其感染途徑也不外乎下列三種情形：

1. 受污水污染的甲殼類、蔬菜和水果。
2. 調理食物者本身受感染，經其身體污染了不須煮熟的食物。
3. 煮熟的食物在烹調後，被來自食品調理人員的病毒顆粒再污染。

針對於此，這裏提出減少諾瓦克病

毒威脅的方法：

1. 徹底洗淨雙手：在調理食物前，最好用熱肥皂水洗淨雙手。在製作商業性食品時，尤應以消毒水洗淨雙手，並在不同操作時換戴手套，以防止交叉污染。

2. 勿飲生水：野營或郊遊時，飲用水須先煮沸。

3. 海鮮勿生食：老年人、少年、癌症、AIDS患者及糖尿病者，皆最好勿生食海鮮，因為很容易感染諾瓦克病毒及其他病毒；健康人生食海鮮亦有某種程度的危險性。

選購海鮮找信譽佳的商店購買較安全些。烹煮時宜加蓋，並在開殼後繼續蒸5分鐘以上。吃剩的熟海鮮宜冷藏，並在2～3天內吃完。剝殼的貝類煮熟時（煮沸4～5分鐘），看起來豐滿而不透明，牡蠣則在周邊捲曲並稍微皺縮，可資判斷。

帶殼蛤類、蚌類，宜在2～3天食畢，帶殼牡蠣則不可超過7～10天。若發現開殼，可輕拍數下，若其無法閉上，則應丟棄。

新鮮去殼蛤類儲於有蓋容器中，可保1～2天，海扇貝可保2～3天，牡蠣約5～7天。一般商售的冷凍海產可保6個月，家庭式冷凍可保3～6個月，再久則品質皆已劣化。

某些食品與藥品不能同時服用，例如，某些類防止感染用的盤尼西林，若與食物共服，就會失去其藥效。相反地，某些食物則可稍減因服藥所引起的胃不舒服，例如，頭痛時常吃的鎮痛劑阿斯匹靈及ibuprofen，則是兩種最好與食物共服的藥。

也有某些藥同時服用時，會危害你的身體。所以為了幫助你早日康復，也復原的快些，最好，也有必要讓你的醫師或藥師知道，目前你正在服用的每一種藥物。