



インフルエンザは普通の風邪とは違います!!

■インフルエンザの症状

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気で、38度以上の急な発熱や頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く出るのが特徴です。風邪とよく似た症状で、一般的に症状は1週間程度で治まりますが、幼児や高齢者、慢性疾患のある方などは重症化しやすいため注意が必要です。

■インフルエンザの主な感染経路

①飛沫感染^{ひまつ}…感染している人のくしゃみや咳で出るしぶきを吸い込むことによる感染。感染している人の2m程度以内にいる人は感染の危険性が高くなります。



②接触感染…感染している人の唾や鼻水が、手から手へ、あるいはドアノブやつり革などを介して手に付着し、その手で口や鼻などの粘膜に触れることにより起こる感染。



■インフルエンザにかかったかな?と思った時は

まずは早めに受診をして医師の診断を受けましょう。インフルエンザの診断を受けると、インフルエンザウイルスの増殖を抑える薬が処方されます。この薬は早ければ早いほど効果的です。



■インフルエンザの予防法

▷栄養と休養を十分にとる

▷人混みを避ける

▷外出時はマスクを着用する

鼻からあごの下まですっぽりと覆うことが肝心です。

▷外出後の手洗いとうがい

手洗いはせっけんを使って最低15秒以上。うがいは喉の乾燥を防ぎます。

▷適度な温度・湿度を保つ

▷予防接種を受ける

ワクチンの効果は約5カ月間持続します。インフルエンザは12月下旬から3月上旬に流行することが多いため、12月上旬までに予防接種を受けておくことをお勧めします。



市ではインフルエンザ予防接種費用の助成を行っています。詳しくは本紙10月15日号をご覧ください。

問 保健センター (☎52010)

インフルエンザ感染予防のお願い

市立総合病院ではインフルエンザの院内感染を防ぐため、12月から3月までは家族以外の方は面会をすることができません。また、下記のことにご協力をお願いします。

■病院へ行くとき

▷マスクの着用

■院内に入るとき

▷消毒用アルコールで手・指の消毒

※消毒用アルコールは正面玄関、時間外出入口などにあります。

■面会するとき

▷病棟窓口で面会の手続き (※面会カードに記入後、職員が体調を聞き取り、体温測定を行います)

▷入室前に消毒用アルコールで手・指の消毒、またはせっけんを手を洗う

▷面会時間をなるべく短くする



※体調不良の方、家族の中に発熱していたりインフルエンザに感染していたりする人がいる方は、面会をすることができません。

問 市立総合病院 (☎52111)