

インフルエンザにからないように

一般的の風邪と違うインフルエンザは、普段以上手洗い、マスクの着用などです。家庭や学校、職場などみんなで予防を徹底しましょう。



これからインフルエンザが流行する時期を迎えます。

一般の風邪と違うインフルエンザは、普段以上手洗い、マスクの着用などです。家庭や学校、職場などみんなで予防を徹底しましょう。

特に注意が

必要な方

町では、1～15歳までのお子さんと65歳以上の高齢者の方については、予防接種費用の一部を助成しています。

インフルエンザ予防接種は、感染を100%予防することはできま

せんが、重症化を防ぐ効果があるといわれています。

免疫ができるまでには2週間程度かかるので、早めの接種をおすすめします。

その年により流行の時期が違います。

病当初から2～3日間38度以上の高熱が続くなど重い症状が現れます。

が、多くは自然に治癒する感染症です。しかし、抵抗力の弱い方がかかると、肺炎や気管支炎を併発しやすく、重症化すると脳症や心不全を起こし、生命の危機に陥る場合もあります。

その年により流行の時期が違いますが、インフルエンザは通常、初冬から春先にかけて毎年流行し、感染者が増加し

ます。

病当初から2～3日間38度以上の高熱が続くなど重い症状が現れます。

が、多くは自然に治癒する感染症です。しかし、抵抗力の弱い方がかかると、肺炎や気管支炎を併発しやすく、重症化すると脳症や心不全を起こし、生命の危機に陥る場合もあります。

その年により流行の時期が違いますが、インフルエンザは通常、初冬から春先にかけて毎年流行し、感染者が増加し



予防接種

もしかして感染したら

48時間以内に早めに医療機関を受診しましょう

発症から48時間過ぎると、抗インフルエンザウイルス薬の効果が期待できなくなります。

大切なことは、周りの人にもうつさないことです。発症してしまったなら次のことに気をつけましょう。

なるべくほかの家族と別の部屋で療養する。感染者も家族や周りの人もマスクをする。

こまめに水分補給をする。

適度に換気する。

十分な睡眠、栄養バランスの良い食事を心がける。

熱が下がっても2日間は外出を控える。

感染を広めないために、せきやくしゃみが直接人にかかるないようにしましょう。

せき、くしゃみの際は口と鼻をおさえ、ほかの人から顔をそらし、1～2m以上離れる。

鼻汁・たんなどを含んだティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てる。

せき、くしゃみがあるときはマスクを着用する。

マスクは使い捨ての不織布製のものを使う。

せき工チケット

- 感染を広めないために、せきやくしゃみが直接人にかかるないようにしましょう。
- せき、くしゃみの際は口と鼻をおさえ、ほかの人から顔をそらし、1～2m以上離れる。
- 鼻汁・たんなどを含んだティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てる。
- せき、くしゃみがあるときはマスクを着用する。
- マスクは使い捨ての不織布製のものを使う。

重症化のサインを見逃さないで

- 感染を広めないために、せきやくしゃみが直接人にかかるないようにしましょう。
- せき、くしゃみの際は口と鼻をおさえ、ほかの人から顔をそらし、1～2m以上離れる。
- 鼻汁・たんなどを含んだティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てる。
- せき、くしゃみがあるときはマスクを着用する。
- マスクは使い捨ての不織布製のものを使う。

しっかり予防を心がけましょう

インフルエンザとは

インフルエンザウイルスに感染して発症する感染症の一つ。風邪が鼻やのどの症状から始まることが多いのにに対し、インフルエンザは突然の高熱とともに悪寒や頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が起ります。



予防

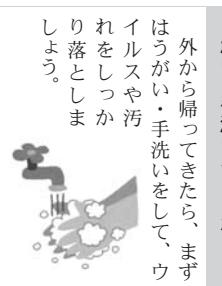
うがい・手洗い・マスク着用を徹底

生活習慣で抵抗力をつける

休養とバランスの良い食事、十分な睡眠などで体の抵抗力を高めましょう。

予防接種で重症化を防ぐ

インフルエンザに感染して発症したとして重症化を防ぐ効果があります。

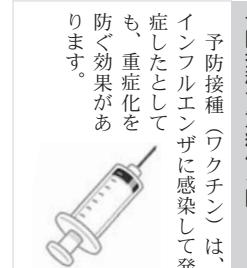


加湿で室内の乾燥を防ぐ

空気が乾燥すると感染症かかりやすくなります。適切な湿度(50～60%)を保ちましょう。

せき工チケット

自分がかかるために、ほかの人にもうつさないためには、マスクの着用などで「せき工チケット」を守りましょう。



自らがかかるために、ほかの人にもうつさないためには、マスクの着用などで「せき工チケット」を守りましょう。

せき工チケット

自分がかかるために、ほかの人にもうつさないためには、マスクの着用などで「せき工チケット」を守りましょう。