

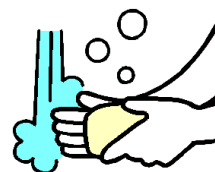
新型インフルエンザ についての お知らせ

新型インフルエンザの対策は？

毎年流行する普通のインフルエンザの予防対策が、新型インフルエンザ対策につながります。

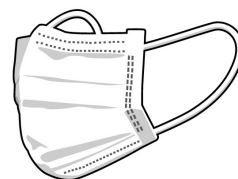
● 外から帰ったら、石けんで手洗い・うがい

ウイルスが付着した手で口や鼻をさわると、感染につながります。
外から帰ったら、石けんを使って流水で丁寧に洗いましょう。



● 咳エチケット(人にうつさないために)

- ・ハンカチやティッシュで口を押さえ、周りの人から顔をそむけましょう。
- ・使ったティッシュはフタ付きのゴミ箱へすてましょう。
- ・咳やくしゃみがでる時は、必ずマスクをつけましょう。
(マスクは、使い捨ての不織布製マスクを使いましょう。)



新型インフルエンザに感染したら？

● 受診する前に医療機関に連絡を

かかったからといって、すぐに医療機関を受診すると、待合室などでウイルスを広げてしまいます。

まずは受診する医療機関に電話をして、受診の指示を受け、マスクをして受診してください。

基礎疾患を有する方、妊娠中の方、乳幼児の保護者の方は、早期受診・早期治療を心がけてください。

- *基礎疾患とは・・・
- 慢性呼吸器疾患（ぜんそく）
 - 慢性心疾患
 - 糖尿病などの代謝性疾患
 - 腎機能障害
 - ステロイド内服などによる免疫機能不全

● 家族がかかったら

患者から家族に感染している可能性もありますので、やむを得ず外出するときにはマスクをするなど感染拡大防止に努めてください。

- ・患者も家族もマスクをして、患者は別の部屋で療養しましょう。
- ・患者の看護をした後など、こまめに手を洗いましょう。
- ・定期的な換気、清掃を。手でよく触る場所は薄めた漂白剤か消毒用アルコールで消毒をしましょう。
- ・患者の使用した食器・衣類は通常の洗浄・洗濯及び乾燥で消毒できます。
- ・他の家族にも症状があればすぐに受診しましょう。
- ・基礎疾患を有する方、妊娠中の方等が同居している場合はより確実な感染予防を心がけてください。

● ご相談ください

受診する医療機関が分からないなど、新型インフルエンザに関する相談窓口

◇ 発熱相談センター 9:00～17:00 (土日・祝日を除く)

- 浜田保健所 《緊急の場合は、時間外でも受け付けます》

電話 0855-29-5557

- 県庁健康推進課

電話 0852-22-6131

浜田市

新型インフルエンザ うつらない!うつさないために!

感染したかな?と思った時

○ 早めに受診を

- ・ 新型インフルエンザは一般の医療機関で受診することが可能です。
- ・ 発熱などの症状がある場合は、事前に医療機関に電話をして指示を受けましょう。
- ・ 受診の際は必ずマスクを着用しましょう!

**基礎疾患を有する方、妊娠中の方、乳幼児の保護者の方は、
早期受診・早期治療を心がけてください。**

- *基礎疾患とは・・・
- | | |
|----------------------|---------|
| ○ 慢性呼吸器疾患（ぜんそく） | ○ 慢性心疾患 |
| ○ 糖尿病などの代謝性疾患 | ○ 腎機能障害 |
| ○ ステロイド内服などによる免疫機能不全 | |



家族がかかったら ~自宅療養の注意点~

☆ 患者本人は

- ・ マスクを着用し、なるべく個室で療養しましょう。
- ・ 手洗いをこまめにしましょう。
- ・ 処方されたお薬は指示通りに最後まで飲みましょう。
- ・ 水分補給と十分な栄養、睡眠を心がけましょう。



☆ 患者の同居者は

- ・ 患者と接するときはマスクを着用しましょう。
- ・ なるべく決まった大人1名が看護を行うようにしましょう。
- ・ 患者の看護をした後など、こまめに手を洗いましょう。
- ・ 患者の使用した食器・衣類は通常の洗浄・洗濯で消毒できます。
- ・ 定期的な換気・清掃をしましょう。特に手で触る場所は丁寧にすることが大切です。（扉のノブ、床、トイレなど）

