

参照 滋賀県公式ホームページ、厚生労働省ホームページ

11月放送NHK番組「くらしキラリ解説」から引用

インフルエンザの流行シーズンです！

★インフルエンザは、患者の咳やくしゃみの飛沫をほかの人が吸い込み、鼻やのど、粘膜にうつる飛沫感染です。咳やくしゃみは、1～2m飛びます。鼻をかんだ手や飛沫のかかった手で触れたドアノブや受話器、握手などの接触感染もあります。



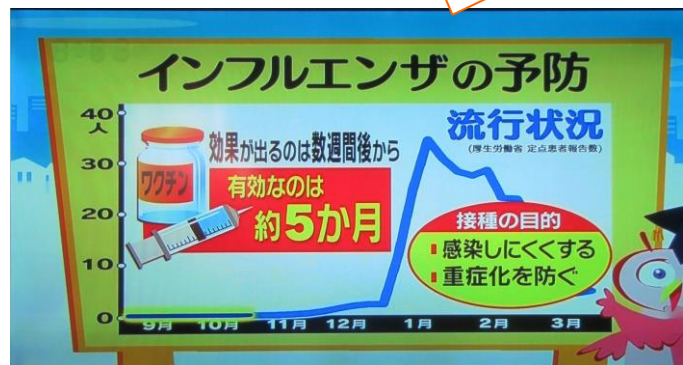
★インフルエンザウイルスに感染すると・・・38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。あわせて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。

★子どもでは、まれに急性脳症を、高齢者や免疫力の低下している人では、肺炎を伴うなど、重症化すると命の危険もあります。

★インフルエンザをひろげないために（予防対策）

- 出来るだけ人混みを避け、外から帰ったら、**手洗い・うがい**を励行しましょう。
 - 咳が出るときは、マスクを着用し、**咳エチケット**を守りましょう。
 - 適度な温度・湿度を保ち、栄養と休養を十分にとりましょう。
 - 重症化を防ぐために、ワクチンを接種**しましょう。
- ～かかったと思ったら、早めに医療機関を受診しましょう～

流行のピークは1月～2月
早めに予防接種を受けま
しょう。



★咳エチケット★

- 咳・くしゃみをするときティッシュなどで口と鼻を押さえましょう。
- 押さえる物がないときは、手ではなく、周囲に触れにくい曲げた肘あたりで押さえましょう。
- 使用したティッシュはフタ付きのゴミ箱に捨て、その後は手を洗いましょう。

★お知らせ★ ー受けましたか？肺炎球菌感染症予防接種ー

◎平成26年10月1日から高齢者の肺炎球菌感染症が定期予防接種になりました。(公費で一部負担)
肺炎は、からだの抵抗力が弱まった時にかかりやすく、重症化すると命さえ落としかねない病気です。65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳の方が対象です。公費で受けられる期間には限りがあります。早めに受けましょう。詳しくは各市の窓口へ