

新型インフルエンザの感染予防に努め、 冷静に対処しましょう！

メキシコで豚インフルエンザの人への感染が確認されて以来、人から人へ感染する新型インフルエンザは世界中で猛威を振っています。国内でも新型インフルエンザ患者の感染が拡大し、本格的な流行が始まっています。

感染を予防 するために

● マスクを着用し、十分な手洗いを

新型インフルエンザは咳やくしゃみなどの飛まつと、それを手などにつけることによる接触で、感染すると考えられています。外出するときには、なるべく人ごみを避け、感染を防止するためマスクを着用し、外出から戻ったら手洗い（流水で15秒以上）とうがいを必ず行いましょう。

今のところ感染しても多くの人は早期の診断と治療によって回復していますが、糖尿病やぜんそくなど慢性疾患をもっている人や妊婦は重篤化することもあり、注意が必要です。

● 疑いのあるときは

疑いのあるときは、外出を控えるようにしましょう。そして、自宅で安静にして体調をよく保つようにしましょう。これは通常のインフルエンザと同じです。

● 他人に感染させないためのエチケット

咳をしている人はマスクを着用しましょう。咳やくしゃみをする際は、人から離れたところでしましょう。我慢できないときはティッシュなどで口と鼻を被い、他人から顔をそむけるのがエチケットです。また、使用したティッシュはふたのあるゴミ箱に捨てましょう。

新型インフルエンザかも？という場合は

急な発熱と咳、のどの痛みなどがある場合、新型インフルエンザに感染している疑いがあります。次のような症状がある場合には、すぐに医療機関を受診してください。

呼吸が速い、
息苦しそうにしている

落ち着きがない、遊ばない、反応が鈍い（小児）

顔色が悪い

3日以上、
発熱が続いている

胸の痛みが続いている

症状が長引いていて、
悪化してきた

嘔吐や下痢が続いている



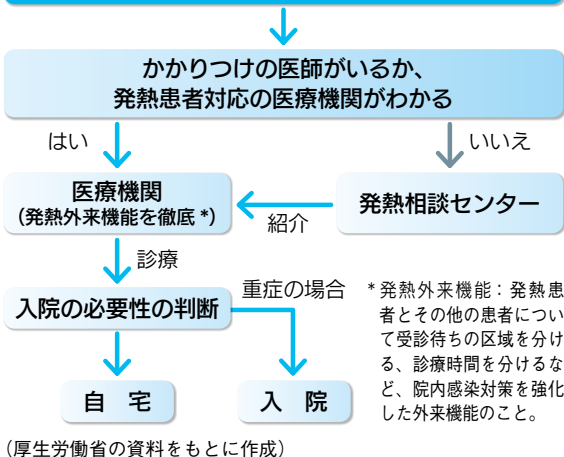
医療機関を受診するには

事前に電話で
入口等を確認！

他の患者さんに感染を拡大させないために、発熱患者対応（診療時間や入口などを分けている）の医療機関を受診しましょう。事前に電話で受診時間、入口などを確認して、マスクを着用して受診してください。発熱患者を診療している医療機関がわからない場合は、発熱相談センターに相談すれば、どの医療機関にいけばよいか教えてくれます。発熱相談センターについては居住地の保健所へお問い合わせください。

呼吸が苦しい、意識がもうろうとしているなど、症

急な発熱と咳やのどの痛みなどの症状がある



状が重い場合は、なるべく早く入院設備のある医療機関を受診しましょう。

幼児や高齢者、妊婦、基礎疾患のある人*は、まずかかりつけの医師に電話で相談しましょう。事前に電話しないまま、直接行かないように気をつけましょう。

*基礎疾患：慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、代謝性疾患（糖尿病等）、腎機能障害、免疫不全（ステロイド全身投与等）等