

# 新型インフルエンザに備えて

新型インフルエンザにかかった場合は、原則一般の医療機関での受診となり、多くは自宅療養となります。あわてず冷静に対応しましょう。

## 「インフルエンザにかかったかもしれない」と思ったら

- ①医療機関に事前に電話して、受診の方法について相談してください。
- ②受診される場合は、マスクを着用し、医療機関の指示に従ってください。

## 特に注意が必要な人（感染すると重症化する可能性のある人）

- 妊婦、乳幼児、高齢者
- 基礎疾患のある人（慢性の肺疾患、喘息、心疾患など）
- がん治療、免疫抑制剤による治療を行っている人

○透析治療を行っている人、腎機能が低下している人など

※本人や家族にインフルエンザを疑う症状が見られた場合の受診方法や対処方法を、事前に主治医に確認することが大切です。

## 家庭での看病のポイント

感染した人は、主治医の指示を守り、マスクをし、脱水症状を防ぐための水分補給が大切です。また、看病するご家族は、患者さんが寝ている部屋に入る時はマスクをし、うがいと手洗いを行いましょう。家族全員、毎日検温し体調を確認しましょう。

## 予防の方法

- うがい、手洗いが基本
- 帰宅時はうがい、手洗いをする。
- 人ごみを避ける。避けられないときはマスクをする。
- 十分に栄養と休養を取り、体力や免疫力を高める。
- せきエチケットを守りましょう
- せきやくしゃみが出たら、マスクを着用する。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1〜2メートル離れる。
- 使い終わったマスクや鼻汁、痰などを含んだティッシュは、すぐに蓋付

## 感染予防のために手を洗いましょう!



流水で両手をぬらした後、手洗い用石けん、または消毒薬を手のひらにとります。



手のひらを洗った後、手の甲も包むように洗います。



指や指の間も洗います。親指の周囲も忘れずに。



指先・爪も入念に洗います。



手首も忘れずに洗います。



流水で洗い流した後、タオル・ハンカチ等でふきます。

きのこ型箱か、ビニール袋などに密封して捨てる。

## 相談窓口について

○この医療機関に受診したらよいかわからない場合

「発熱受診紹介窓口」

平日の午前8時30分〜午後6時  
岐阜県庁 ☎058(272)8860

土日を含め上記以外の時間  
地域救急医療センター ☎3799

○自宅での療養、看護などの健康相談

「新型インフルエンザ健康相談窓口」

平日の午前9時〜午後5時  
中濃保健所 ☎3111

※土日を含め、上記以外の時間も緊急の場合は対応します。

問合せ 健康増進課