

新型インフルエンザに備えよう！

島根県

鳥のインフルエンザがヒトに感染し、さらにヒトからヒトへ感染するように変異して発生するのが「新型インフルエンザ」です。全く新しいウイルスであり、人類はこのウイルスに対する抗体を持っていないために、全世界で爆発的に感染が広がると予測されています。

新型インフルエンザは数十年周期で発生し大流行しており、いずれも多くの患者と死者が出ています。

島根県の試算では、新型インフルエンザの患者数は約 145,000 人と予測され、医療機関の混乱や、食料供給・電気や水道などのライフラインへの影響が心配されています。

過去の新型インフルエンザ
1918年 スペインかぜ
1957年 アジアカぜ
1968年 香港かぜ

今から始める新型インフルエンザ対策

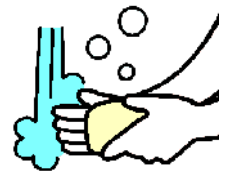
毎年流行する普通のインフルエンザの予防対策が、新型インフルエンザ対策につながります。

● 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。)



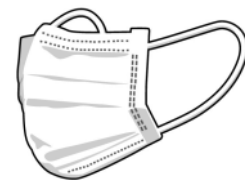
● 外出を控える

不必要な外出は避けましょう。特に集客施設や人混みへの外出を控えることが感染防止に役立ちます。

※県内で新型インフルエンザが確認されると、学校等は閉鎖される予定です。

● 流行する前に食料などの備蓄を

新型インフルエンザの流行時には、必要なものが買えなくなる可能性もあります。なるべく外出しなくてすむように備蓄をしておきましょう。



もしも新型インフルエンザが発生したら

● 保健所の発熱相談センターに相談を

新型インフルエンザが発生すると、保健所に発熱相談センターが設置されます。発熱などの症状があり感染が疑われる場合は、電話をして受診の指示を受けてください。

● かかりつけの医療機関には行かないで！

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

発生時に設置される、新型インフルエンザ専用の発熱外来を受診してください。

● 家族がかかったら

患者から家族に感染している可能性があるため、家族も外出を控えるようにお願いします。

- ・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。
- ・手洗いをしっかりと。患者が触った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。

家庭での備蓄品の例

食料(長期保存可能なもの)



飲料

- ミネラルウォーター

その他

- 菓子類
- 缶詰(フルーツ)
- 調味料

衛生用品・医薬品の例

インフルエンザ対策の物品



- マスク
- ゴム手袋
- 水枕
- 氷枕(頭や腋下の冷却用)
- 漂白剤(次亜塩素酸・消毒効果がある)
- 消毒用アルコール

常備品



- 常備薬(胃薬、痛み止め、その他持病の処方薬など)
- ばんそうこう(カット絆)
- ガーゼなど