

インフルエンザが山梨県内でも流行期入りしました。

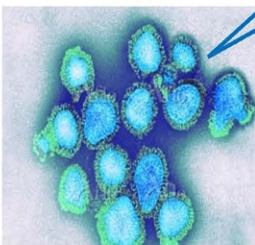
今後、県内で患者が増えることが予想されるため、予防対策について改めて確認しましょう。

インフルエンザを予防するためには、どのような行動が大切でしょうか？

1. 帰宅した際は、石けんによる手洗い等を行いましう。
2. 流行時には人混みを避け、混雑した場所に行くときや近い距離で会話するときなどにはマスクを着用しましう。
3. 十分な睡眠・休養をとり、体調を良好に保つよう心がけましう。
4. 室内ではこまめに換気をしましう。
5. 重症化を防止するため、医師と相談しインフルエンザの予防接種を受けましう。
6. 体調が悪い時や咳・くしゃみの症状がある場合は、必ずマスクを着用しましう。
7. 高熱が出る、呼吸が苦しいなど体調が悪い場合は、早めの医療機関の受診をご検討ください。



インフルエンザウイルス



インフルエンザの感染から症状が出るまでの期間は通常2日ほどです。

症状が現れる1日前から発症後5〜7日ほどはウイルスを排出し、他人に感染させる可能性があります。

特に発症後の2日間はウイルス量が多く、感染力が最も強いと考えられています。感染拡大を防ぐため、症状が落ち着いた後も十分な休養と感染対策を続けましう。

2025年4月～9月1 患者様・利用者様1日の手指消毒剤使用量

