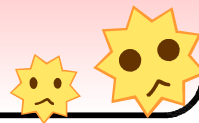


インフルエンザが流行しています。 ご注意ください。



徳島県内のインフルエンザ患者の定点当たりの報告数が、平成24年第4週（1/23～1/29）で35.18人と、警報レベルである30人を超え、流行が本格化しています。

今後も流行の拡大が懸念されますので、引き続き、感染予防の徹底をお願いします。

〔インフルエンザ予防と対応〕

★外出したあとは、こまめに手を洗いましょう。

★症状があるときはマスク、「せきエチケット」を心がけましょう。

「せきエチケット」とは・・・

せき・くしゃみなどの症状があるときは、他の人にうつさないために、きちんとマスクを着用しましょう。とっさに出そうなときは、顔をそらして、ティッシュなどで口と鼻をおおいます。



★インフルエンザにかかったなと思ったら、マスクを着用して、医療機関を受診しましょう。

★インフルエンザが治っても、熱が下がってから2日間は自宅にしましょう。

熱が下がっても2日程度はインフルエンザウイルスが残っています。周りに広げないために、出来るだけ外出はひかえましょう。

★他に

- ・流行中は、なるべく人混みを避けましょう。
- ・冬は空気の乾燥でウイルスに感染しやすくなっています。50～60%の湿度を保ちましょう。
- ・十分な休養とバランスのとれた栄養をとり健康管理に注意しましょう。

■インフルエンザに関する情報提供について

- ・徳島県感染症情報センター（インフルエンザ発生状況）
<http://www.pref.tokushima.jp/docs/2009100600088/>
- ・国立感染症研究所
<http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/index.html>
- ・厚生労働省（平成23年度 今冬のインフルエンザ総合対策）
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/influenza/index.html>

徳島県保健福祉部医療健康総局健康増進課 感染症・疾病対策室 感染症対策担当
TEL : 088-621-2228 FAX : 088-621-2841