



## 今、なにをしたらいいの？

平成21年8月19日沖縄県では、インフルエンザ流行警報が発令されました。全国に比べ、県内では急速に新型インフルエンザがまん延し、救急外来を行う病院はパンク状態となっています。

今後は重症化した患者に十分な医療を提供するため、感染拡大のスピードを抑制する取り組みが求められます。(入院治療が必要なときに入院できるように！)

この新型インフルエンザはほとんどの方が免疫をもっておらず、またワクチン接種もまだできないので、だれしも罹る可能性があります。そのため、感染しやすく、基礎疾患(糖尿病、ぜん息など呼吸器疾患、透析を受けている方など)を持っている方、乳幼児、妊婦は重症化しやすいとの報告があります。基礎疾患のない健康な若い方にも重症化の報告がありますので、インフルエンザと思われる症状がでたら早めにかかりつけ医を受診しましょう。(受診するときは、事前にでんわをし、マスクをして行きましょう。) 症状がでて、48時間以内にタミフルなど抗インフルエンザ薬を内服することで重症化を防ぐことができます。

## 家族内感染をどう防ぐ？

家のなかであっても、以下のことに注意すれば予防できます。

かかった人(患者)、また接触した人は？

なるべく家族とは別の部屋で過ごす。

部屋が用意できないときは患者から

2メートル以上はなれておく。

「咳エチケット」としてマスクをつける。

症状がでて7日間(解熱後2日間)は外出を控える。

(接触した人も接触して7日間程度潜伏期があると言われています。

その間は外出を自粛しましょう。)

抗インフルエンザ薬(タミフル、リレンザ)を医師から

処方された方は確実に服用しましょう。

患者が使った食器や衣類は洗剤による通常の洗浄で消毒できます。

患者を看病する家族は？

手洗い、うがいを徹底し、マスクをつける。

患者の看護や介護をする人を決めておく。

部屋の換気を1日数回行う。

手洗い後、ふき取るタオルはペーパータオルまたは個人専用にする。

家族内または学校、保育園など集団の感染を防ぐことで感染拡大のスピードをゆるやかにすることができます。



予防に関するお問い合わせ：浦添市役所 健康推進課

(保健相談センター)

875-2100

浦添市新型インフルエンザ対策本部