

新 型インフルエンザに うつらない、 うつさないために！

インフルエンザが

疑われるのは？

- ① 38℃以上の発熱
- ② 鼻みず・鼻づまり
- ③ のどの痛み
- ④ せき
- ⑤ 熱っぽい感じ・さむけ

このうち、①又は②～⑤のいずれか二つ以上にあてはまる症状がある場合です。

このような症状にあてはまる方は、かかりつけ医などの医療機関を受診してください。

- * 受診前には必ず電話で連絡をしてください
- * 受診時はマスクを着用しましょう
- * 受診時はできる限り公共交通機関を使用せず、自家用車で行きましょう

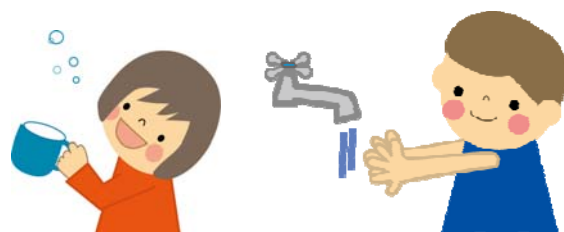


せきやくしゃみなどの症状のある方はマスクをしましょう

家庭でできる新型
インフルエンザの
予防に心がけま
しょう。



- 手洗いとうがいを励行しましょう



- 十分な休養とバランスの良い栄養摂取を心がけましょう



- せきやくしゃみをするときは、ティッシュペーパーなどで口と鼻をおおい「せきエチケットを心がけましょう」
- 鼻水、たんなどを含んだ使用済みのティッシュはすぐにふた付のゴミ箱に捨てましょう。

◆ 検査や投薬など診療体制の整っている時間内にできるだけ受診しましょう

田 辺 保 健 所 ・ 田 辺 市 健 康 増 進 課