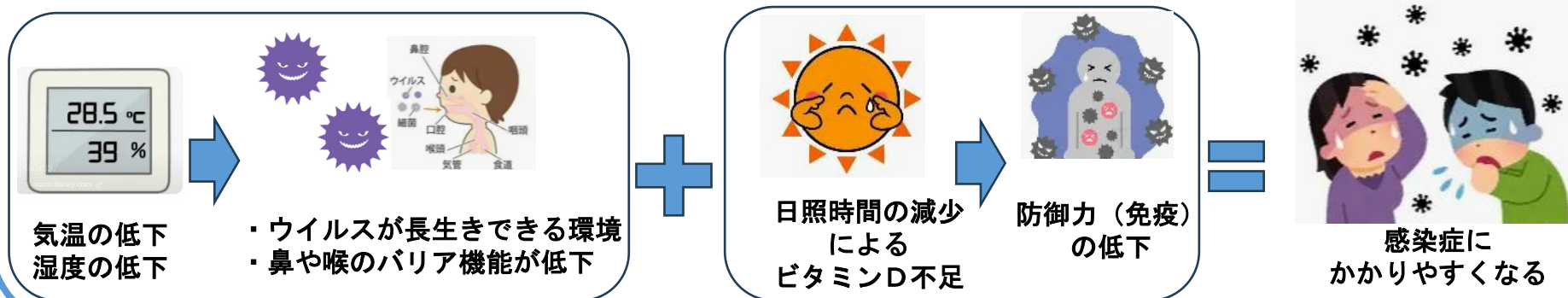




# 冬に呼吸器感染症が流行するしくみと感染対策について

## 【冬に呼吸器感染症が増えるしくみ】

気温や湿度の低下によりウイルスが長生きして空気中を漂いやすくなります。さらに、気温と湿度の低下は鼻や喉のバリア機能の低下につながります。また、日照時間の減少により免疫に関わるビタミンDが不足しがちになり、感染症にかかりやすくなります。

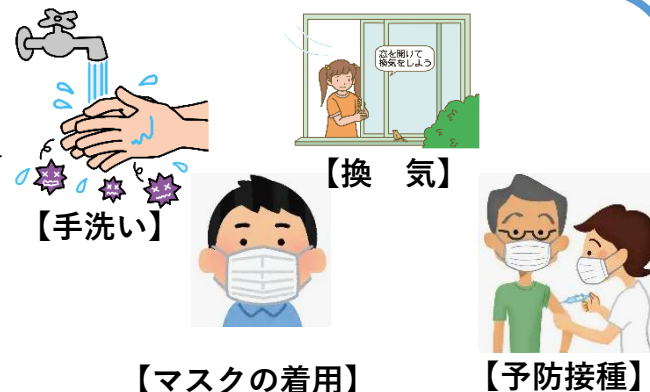


大阪大学医学部感染制御学教授 忽那賢志先生の資料より引用

## 【呼吸器感染症の感染対策】

インフルエンザをはじめとする急性呼吸器感染症の予防には、「**手洗い**」「**マスクの着用**を含む咳エチケット」や室内のウイルス量を減らすための「**換気**」などが有効です。

また、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の予防接種には、発症をある程度抑える効果や、重症化を予防する効果があり、特に高齢者や基礎疾患のある方などには効果が高いと考えられています。



厚生労働省HPより引用