



## 新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの予防について

今冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時流行する恐れがあります。新型コロナウイルス感染症はインフルエンザの症状と似ており、見分けがつきにくいとされています。(ただし、新型コロナウイルス感染症は、全く症状が出ない場合もあります。)

また、新型コロナウイルス感染症に罹患した方が、インフルエンザを合併する可能性もあります。以下で紹介するインフルエンザの予防を実施することは、新型コロナウイルス感染症の予防にも繋がります。

### ★インフルエンザのワクチン接種

インフルエンザワクチンは、インフルエンザの発症そのものを完全に防御できませんが、重症化や合併症の発生を予防する効果は証明されています。65歳以上の高齢者、喘息などの呼吸器疾患、糖尿病、慢性心不全、腎不全など基礎疾患を有する方、妊婦、乳幼児から小学校低学年は、重症化しやすいため強く接種をお勧めします。同居者へうつさないためにも、接種をお勧めします。

ワクチン株と流行株が一致している場合は、65歳以下の健常成人での発症予防効果は70～90%と報告されています。ワクチンの発症予防効果は、**接種後2週間からおよそ5か月程度**ですので、**11月までの接種**をお勧めします。厚労省がインフルエンザワクチン接種対象者の優先順位を決めて、推奨時期が示される予定です。(当院では、予防接種を実施しておりません。)

### ★外出時のマスク着用と手洗い

- ・ 外出時、**屋内にいる時や会話する時は**、症状がなくても、マスクを着用しましょう。
- ・ 外出から帰ってきた時だけでなく、外出中も**食事前**や、**眼や鼻、口を触れる前**は、流水・石けんによる手洗い又は、アルコール製剤による手指衛生をしましょう。手に付着したウイルスが、眼や鼻、口の粘膜から体内に入り、感染する可能性があります。



### ★適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、飛沫（ウイルス）が飛散しやすくなるので、室内では加湿器などを使って適切な湿度（50～60%）を保ちましょう。

### ★体の抵抗力を高める

十分な**睡眠**をとり、**バランスのとれた栄養摂取**を心がけましょう。

### 院内感染予防のためのご協力をお願いします。

- ・ 来院される際は、症状がなくても**マスク着用**をお願いします。
- ・ 感染症の持ち込みを予防するため、面会制限を行っています。**面会をご遠慮ください。**

※ 抵抗力の低い患者様もいらっしゃいますので、ご協力をお願いします。