



もし、“新型インフルエンザ”にかかってしまったら…



連日、テレビや新聞で「新型インフルエンザ」の話題が持ちきりですが、皆様の周りでは大丈夫ですか？

今、世界的に流行している「新型インフルエンザ」ですが、これからの季節は再び拡大する可能性が高いそうです。

そこで今回のこのコーナーでは、インフルエンザに感染してしまった場合の「医療機関を受診する方法」や、「他の人にうつさないようにしながら自宅療養する方法」についてご紹介いたします。

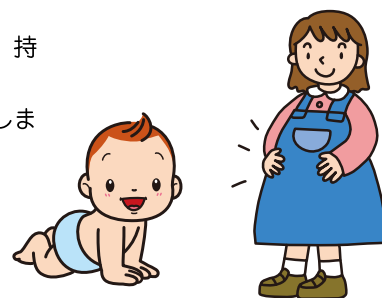
インフルエンザの症状を自覚されている方、あるいは医師からインフルエンザと診断されている方は、なるべく他の人にうつさないようご協力をお願いします。

新型インフルエンザに感染すると、重症になるのですか？

新型インフルエンザに感染しても、ほとんどの方は軽症で回復しているようですが、ただし、持病のある人や妊婦、乳幼児、高齢者の中には重症化するリスクが高い人もいます。

以下に該当する人は特に、手洗い、うがい、人ごみをさけるなどして感染しないように注意しましょう。また、周囲の人たちも以下のような方にうつさないよう配慮しましょう。

- 慢性呼吸器疾患 ●慢性心疾患 ●糖尿病などの代謝性疾患 ●腎機能障害 など
- 妊婦 ●乳幼児 ●高齢者



感染してしまったら、どこの病院を受診したらよいのか？

「感染してしまったら、どの病院を受診したらいいのかわからない…」といった方は、以下を参考にしてください。

*発熱患者の診療をしている医療機関がどこにあるのかわからない場合

保健所などに設置されている「発熱相談センター」に電話をして、どの医療機関に行けばよいか相談しましょう。また、医療機関を知っている人も予め電話をして受診時間などを聞きましょう。事前に電話をしないまま、直接行かないように気をつけましょう。

*持病があってもかかりつけの医師がいる場合

かかりつけの医師に電話をして、受診時間などを聞きましょう。事前に電話をしないまま、直接行かないように気をつけましょう。

*妊娠している場合

かかりつけの産科医師に電話をして、受診する医療機関の紹介を受けましょう。担当の産科医が紹介先の医師にあなたの診療情報を提供することがあります。

*呼吸が苦しい、意識が朦朧としているなど、症状が重い方の場合

なるべく早く入院設備のある医療機関を受診しましょう。必要なら救急車を呼び、必ずインフルエンザの症状があることを伝えましょう。

自宅療養している人は、どのような点に気をつけるべきか？

自宅で療養中の方は同居している家族に感染させないように、以下のことに気をつけて下さい。

- マスクの着用。(使用後のマスクは必ずゴミ箱へ捨てましょう。)
- 咳やくしゃみをする時は周囲の人からなるべく離れ、顔をそらし、ティッシュなどで口と鼻を覆いましょう。(使ったティッシュはすぐにゴミ箱へ。咳やくしゃみを手で覆ったら、手を石鹸でしっかり洗いましょう。)
- 手をこまめに洗いましょう。
- 処方されたお薬は指示通り最後まで飲みましょう。
- 水分補給と十分な睡眠を心がけましょう。

感染者の家族が気をつけること

- 患者の看病をした後は、手をこまめに洗いましょう。
- 可能なら患者と別の部屋で過ごしましょう。
- 患者と接する時には、必ずマスクを着けましょう。

※患者の使用した食器類や衣類は、通常の洗濯・洗浄及び乾燥で消毒できます。



持病を持っていたり、妊娠している方などが家族にいる場合には、なるべく感染者とは別の部屋で過ごすようにするなど、確実な感染予防を心がけましょう。また、念のためかかりつけの医師にも相談しておきましょう。

また、熱や症状が治まってもインフルエンザの感染力はまだ残っていて、他の人にうつしてしまう可能性がありますので、症状が治まっても、数日間は上記の点に気をつけましょう。また、外出もしないようにしましょう。

今回の内容は、厚生労働省ホームページを参考にしています。