

# 感染症にご注意!

～冬は感染症の季節です～

冬から春の乾燥した季節に流行する感染症がたくさんあります。特に感染力が強く、家族だけでなく、集団感染に広がる恐れがある**感染性胃腸炎(ノロウイルス等)**や**インフルエンザ等**の感染症とその予防方法をご紹介します。  
症状に気づいたら、早めに医療機関へ!!



## 冬に多くなる感染症!

### 感染性胃腸炎

症状: 嘔吐、下痢、発熱等

- 冬季は「ノロウイルス」が多いです。
- 今季は免疫を持つ人が少ない新型の流行が懸念されています。

予防対策 **手洗い**

(特に調理前、食前、排便後)

### インフルエンザ

症状: 高熱、頭痛、関節痛等  
(急激に発症)

- 予防接種で肺炎や高熱、入院等の重症化を予防することができます。

予防対策 **手洗い・うがい、マスク、予防接種**

## しっかり予防しましょう!

予防の基本は、手洗い・うがい、マスクです!!

### 手洗い・うがい

指の間や指先、爪もきれいに洗いましょう。



石けんと流水でいねいに!

### マスク

外出時は、予防のためにも、人にうつさないためにもマスクをつけましょう。



(マスクがない場合は、ティッシュなどで鼻と口を覆って、ほかの人から離れて咳やくしゃみをするように注意)

### 予防接種

12月上旬頃の流行シーズンまでに予防接種を受けることをおすすめします。



## 正しい処理を!

二次感染を防ぐために、汚物などの処理は適切に!

### ポイント

汚物などは換気をしながら、きれいに取り除き、その後は消毒しておきましょう。  
※詳しくはHPへ。

[www.pref.nara.jp/5069.htm](http://www.pref.nara.jp/5069.htm)

## 他にもこんな感染症が!

### RSウイルス感染症

症状: 発熱、せき、喘息等

- 乳幼児の重症化に注意が必要です。
- 「ゼイゼイ」・「ヒューヒュー」という呼吸音がでます。

予防対策 **手洗い・うがい、マスク**

### マイコプラズマ肺炎

症状: せき、頭痛等

- 集団感染します。
- 熱が下がっても、咳だけが2週間程度続きます。
- 咳が長びく場合注意!

予防対策 **手洗い・うがい、マスク**

