

感染症から子どもを守ろう!



めざせ! 健康寿命日本一!

奈良 養生訓

日常生活の中で取り組める健康情報を発信します

vol. 80

冬は空気が乾燥しているためウイルスが飛散しやすく、感染症が流行します。抵抗力の弱い子どもは大人よりもかかりやすく、重症になることもあります。適切な予防で感染症から子どもを守りましょう!

冬の2大感染症はインフルエンザ・感染性胃腸炎です (ノロ・ロタウイルス)

今シーズン、**インフルエンザ**は例年より早く流行期に入り、**感染性胃腸炎**は11月中旬に10年ぶりの**警報発令**となるなど、今後もさらに流行が拡大することが予測されます。



予防はとにかく手洗いです!

感染症の多くは手を介して感染すると言われています。石けんを使って30秒洗うと…手に付着した菌は100分の1に!

洗い残しはありませんか?



指先と手のひらのしわ



指の間



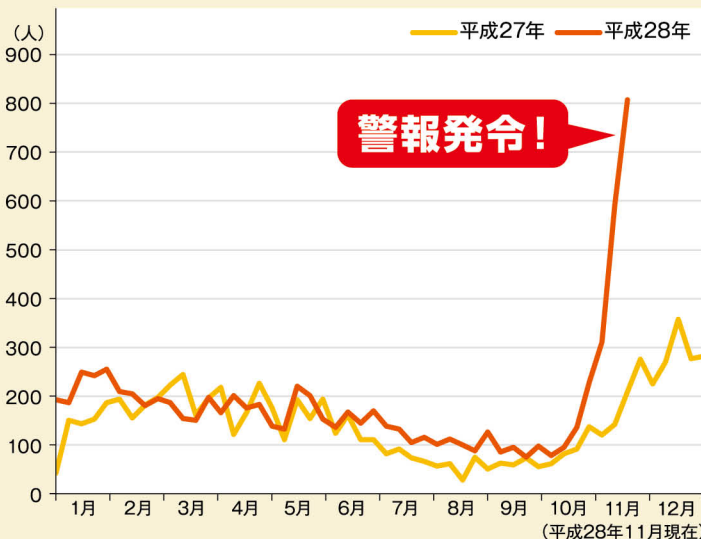
親指周り



手首

調理・食事の前、トイレの後、そして外から帰ったらまず手洗い!

感染性胃腸炎の報告者数



専門家のアドバイス

ノロウイルスは、感染者の吐物や便に直接接触したり、間接的に触れるなど、手を介して感染します。症状が回復してからも便中へのウイルス排出は続きます。トイレやおむつ



県中和保健所
やまだ まさひろ
山田 全啓 所長
(医学博士)

交換の後には、必ず石けんで手を洗い、感染予防を心がけましょう。

インフルエンザも流行しています。マスクの着用や手洗いで感染を予防しましょう。また、感染したら、他人にうつさないためにも咳エチケットを守りましょう。