

# 冬の感染症対策

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。特に子どもや高齢者は重症化する恐れもあります。感染症とその予防方法を知ること、病気にかからず健康に冬を過ごしましょう。



## 冬の2大感染症

### 感染性胃腸炎

**症状** 嘔吐・下痢・発熱など

- 冬は「ノロウイルス」による感染症が多くなります。
- 患者の便や吐物から感染することもあります。処理や消毒の詳しい方法は下記HPで。



### インフルエンザ

**症状** 高熱・頭痛・関節痛など

- 予防接種で肺炎や高熱などの重症化を防ぐことができます。65歳以上の人は定期接種を受けましょう。



他にもこんな感染症が!

#### RSウイルス感染症

**症状** 発熱・せきなど

- 乳幼児は重症化に注意が必要です。
- 「ゼイゼイ」「ヒューヒュー」という呼吸になります。

#### マイコプラズマ肺炎

**症状** せき・発熱など

- 熱が下がっても、せきだけが3~4週間程度続きます。
- せきが長引く場合は注意! 医療機関を受診しましょう。

## 予防はとにかく手洗い!

調理・食事の前、トイレの後、外から帰ったらまず手洗い!

指先と手のひらのしわ



指の間



親指周り



手首



### 専門家のアドバイス

インフルエンザは、年末年始にかけて一旦、流行が落ち着きますが、学校の始まる1月から再び感染が拡大します。手洗い等の予防を心がけましょう。

また、今どんな感染症が流行しているかを知ること、保健研究センター内の「感染症情報センター」では、最新の感染症発生状況を公表しています。

奈良県感染症

検索

県保健研究センター  
ウイルス・疫学情報担当  
さい たけし  
榮井 毅 統括主任研究員

