

横須賀市はインフルエンザ流行期に入りました。」 予防することが大切です。

●インフルエンザとは インフルエンザウイルスによって 引き起こされる感染症



感染すると1~3日で症状出現 症状出てから1~3日間人にうつしやすい



## 症状

・全身症状:発熱 関節痛 だるさ 等

呼吸器症状:喉の痛み 咳 鼻水など



# うつり方は?

①会話や咳やくしゃみで出るしぶき(飛沫)を

吸い込むことでうつる



②<u>ウイルスがいる環境</u>に<u>触れる</u>ことでうつる



https://www.city.yokosuka,kanagawa.jp/3170/influenza/index.html

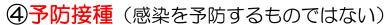
# かからないためには?

### ①手洗い・うがい

### ②マスクの着用

- 人が多い所に行く時
- ・流行している期間









# 症状が出るのを予防

予防接種の実施は市町村のホームページを確認 又は かかりつけ医(クリニック等)に相談

### こんな時は?

### 症状が出た

無理して学校や職場に行かず早めに受診

# インフルエンザにかかった

- 十分な睡眠をとる
- ・水分補給に努める
- 他の人にうつさないように気をつける (マスクの着用、外出を控える など)

季節の変わり目は体調崩しやすいです。 体調の変化に注意してください。 (感染制御部/ICT)



