

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ウイルスがいる環境に触れることでうつる



●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



- ③咳エチケット

- ④予防接種（感染を予防するものではない）



症状が出るのを予防 悪化を予防

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）