

ドクター + 教えて

インフルエンザは予防が大切です

磐田市立総合病院

第1医療部長兼呼吸器内科部長

いもかわ しろう
妹川 史朗



毎年冬場になるとインフルエンザが流行します。インフルエンザの主な症状としては、突然の高い発熱、のどの痛み、頭痛とともに、全身の倦怠感や関節・筋肉の痛みなどが現れ、その後、せきや鼻汁などが目立ってきます。

高齢者や心臓、肺に病気を持っている方は、細菌性肺炎を併発することがあり、さらに糖尿病や腎臓、肝臓などに持病がある場合は重篤になることもあります。また、幼児が感染した場合は、脳炎・脳症を起こすことがあります。

感染流行期に多くの人に触れるドアノブや電気のスイッチ、公共交通機関のつり革などを触った場合は、そこにウイルスが存在するかもしれないと思っただけで対応してください。

インフルエンザ対策は、第一に予防が大切です。そのためには、インフルエンザワクチンを接種するとともに、外出後の手洗い・うがいの徹底、マスクの着用、人混みへの外出を控えるなど、日ごろから感染予防を心掛けることが必要です。

また、口の中が不衛生な場合は、インフルエンザに感染しやすくなることから知られており、歯磨きなどで口の中を清潔に保つことも大切です。

感染予防を徹底して、インフルエンザの流行シーズンを乗り切りましょう。



ページ番号 1001176

地域防災訓練に参加しましょう！

① 地域づくり応援課

☎ 0538-4751
FAX 0538-3237-2353

日ごろの備えが大切です！

12月2日(日)は地域防災訓練の日です。市内の指定避難所を中心に各地域で防災訓練が行われます。大規模災害時は避難者自らが避難所を運営することになります。積極的に防災訓練に参加し、いざというときのために地域の皆さんで備えましょう。

9月30日(日)～10月1日(月)にかけて磐田市に最接近した台風24号では、磐田市を含む県西部で大規模な停電が発生し、私たちの生活に大きな影響が出ました。

台風や地震などの自然災害は、私たちの力で食い止めることはできません。しかし、災害による被害は日ごろの備えによって減らすことができます。

台風24号を教訓に、ご自身やご家族の生命・生活を守るために防災ファイルを確認し、7日分の水や食料の確保、メール配信サービス「いわたホットライン」への登録など、日ごろから備えておくことが大切です。



▲けがの応急手当について



▲磐田市防災ファイル



▲ジャッキを使った救助訓練

いわたホット ライン登録方法

① entry@hotline.city.iwata.shizuoka.jp に空メールを送信(件名、本文なしで結構です)または下記の2次元バーコードもご利用ください



② 返信メール受信後、画面の案内に従って登録してください

登録方法に関するお問い合わせは「コールセンター」フリーダイヤル
0120-670-970
午前9時～午後6時(平日のみ)へ

くらしの 田 情報