

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す。

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