

キーワード（新感染症の基礎知識から）

流水に勝る消毒剤はない

感染が起こるのは、菌の数が一定量を超えた時。

菌数を減らすことが感染防止につながる。

流水で菌を洗い流すことは、最も身近で有効な感染防止対策。

手洗いを確実な方法で

できるだけ石鹸を使う。

流水下で強めにもみ洗いすれば短時間でほとんどの菌は除去できる。

もみ洗いの基本

- 1・手のひらをよくこする
- 2・手の甲をこすり洗い
- 3・指先を入念にこする（爪先）
- 4・指の間を十分に洗う
- 5・親指と手のひらをねじり洗い
- 6・手首も洗う

消毒剤使用時

消毒剤を使うときにも、

まず流水で洗ってから使ったほうが効果的。

インフルエンザについて

1. インフルエンザウイルスが原因
2. くしゃみ、鼻水、せき、のどが痛いなど普通の風邪症状だけではなく
高熱・頭痛・筋肉痛・嘔吐・下痢などを起こす。
3. 重症になると、気管支炎・肺炎・脳症などを併発する。
4. インフルエンザは咳、くしゃみなどをしたときに
空気中に飛び散ったウイルスを別の人が吸うことにより感染する。
（名称・飛沫感染）

インフルエンザ予防のポイント

1. 流行しているときに人ごみに行くのは避ける
2. 手洗いとうがいを心がける
3. 十分な栄養と休養をとる
4. 室内が乾燥しないように注意する
5. マスクをする
6. かかった人はなるべく外出しないこと

結核について

結核は過去の病気と思われていますが、全国で毎年4万人の新患者が発生している
現在でも最大の感染症です。

1. 結核の五大症状（初期症状は風邪に似ている）
咳・痰・血痰・胸痛・発熱・だるさが二週間以上続く場合は要注意。
このような症状が一ヶ月続く人の25人に一人は結核に感染しています。

結核は、患者の咳やくしゃみと一緒に飛び散った結核菌を吸い込み感染します

感染源となる患者かどうかは、痰の検査で分かります。

発見が早く、痰の中に菌が出ていなければ人に感染させる心配はありません。

結核患者が見つかったら周囲の人が感染していないかレントゲン検査やツベルクリン反応などの
検診の必要があります。

結核菌に感染しても発病するのは10人に1～2人で全員が発病するわけではありません。