

VII 参考資料

(別紙1)

もし、新型インフルエンザ等が発生したら・・・ わたしたちが今から心がけること

● 新型インフルエンザは、ただの風邪ではありません！

新型インフルエンザは、動物にのみ感染していたインフルエンザが、遺伝子の変異によって、ヒトの体内で増えることができるように変化し、さらに、ヒトからヒトへと感染するようになる感染症です。

● 個人でできる対策① ～ 発生時の準備 ～

その1 マスク着用・うがい・手洗いなどの「咳エチケット」の励行

- ・ 外出後の手洗い・うがいを日常的に行い、人混みや繁華街への外出を控えたり、熱、咳、くしゃみ等の症状のある人は必ずマスクを着用し「咳エチケット」に心がけることが重要です。

その2 食糧・日用品等の確保

- ・ 発生時に不要不急の外出をしないよう、2週間程度の食糧・日用品等を準備しておきましょう。特に、不織布製マスク(サージカルマスク)は大切です。

● 個人でできる対策② もし発生したら！

その1 正確な情報の収集

新型インフルエンザ等が発生した場合には、国・地方自治体が発信する情報やマスコミから提供される情報といった様々な情報が寄せられます。パニックが起らないよう正確な情報を収集し、冷静に対応することが重要です。

その2 まずはかかりつけ医に連絡を

事前に連絡しないで近医を受診すると、万が一、新型インフルエンザ等であった場合、待合室等で他の患者さんに感染させてしまう2次感染のおそれがあります。受診の前には電話で連絡し、病院の指示に従ってください。