

一般の方も  
参考に!!

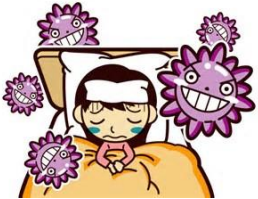
## 第1回 インフルエンザ対策



## &lt;特徴&gt;

月刊 糖尿病ライフ さかえ 11月号より引用

- ・ウイルスは、“せき”や“くしゃみ”（半径1～2m）から移ります。
- ・ウイルスが体に入ると、1～2日後に突然症状が出ます。
- ・症状として、“高熱（38～39℃）”“ふるえ”“頭痛”“筋肉痛”“関節痛”“だるさ”“食欲低下”など。
- ・高齢者や予防接種を受けた方は、典型的な症状が出ない場合もあります。  
単に“食欲がない”“元気がない”“微熱（37℃台）”程度で一般的なかぜと間違える事があります。



## &lt;ワクチン（予防）接種&gt;

- ・健常人であってもワクチン接種は強く推奨されています。
- ・糖尿病患者さんは重症化するおそれが高いためぜひ接種してください。



## &lt;感染対策&gt;

- ・人混みを避ける。
- ・マスクを着用する。
- ・手洗いをする（外から帰宅した際には必ず水と石けんでよく洗う）。
- ・アルコール消毒薬を使う（アルコールを1プッシュ取り、手にすり込む）。



## &lt;治療薬&gt;

- ・飲み薬、吸入薬、点滴静注薬があり、医師の判断で使い分けします。
- ・治療開始は早いほどよく、**発症48時間以内に治療を開始**すべきです。  
（ただし、発症早期の場合は検査で陰性になることもあります）



# 早めの対策で重症化を予防しましょう!

