

白鳥病院だより

2025年

2月1日



発行：香川県立白鳥病院 〒769-2788 東かがわ市松原 963 電話 0879-25-4154

香川県にインフルエンザの流行警報発令中

感染症発生動向調査では、インフルエンザ患者の1定点医療機関あたり（47定点医療機関）の報告数が、令和6年第52週（令和6年12月23日～令和6年12月29日）で52.45人となり、流行警報発令の基準値である1定点医療機関あたり30人を上回りました。本県において1定点医療機関あたりの報告数が50人を超えたのは、2018年第3週以来7年ぶりです。学校などで学級閉鎖等が多くなっています。感染拡大を防ぐためにも、一人ひとりが、手洗いや咳エチケットの励行など、インフルエンザ予防対策を心がけてください。



インフルエンザ予防対策

インフルエンザの流行に備え、国や地方自治体がインフルエンザ対策に取り組むとともに、広く県民の皆様インフルエンザに関する情報を提供し、適切な対応を呼びかけたいと思います。

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することで発症し、風邪症状に伴い、発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感の症状が比較的急速に現れるのが特徴です。インフルエンザは飛沫感染（咳やくしゃみ）によって感染します。また、ドアノブなどウイルスの付着した物を触り、その手を鼻や口に持っていく等で感染することもあります。以下のことに注意し、うつらない身体づくりをするとともに、お互いにうつさないようにしましょう。



- 咳やくしゃみを他の人に向けて発しない（咳エチケット）
- 咳やくしゃみが出る時はマスクを着用する。とっさの咳やくしゃみの際はティッシュや腕の内側などで口と鼻を覆う。
- 鼻汁や痰を含んだティッシュはすぐゴミ箱に捨て、手洗いを行う。
- 流水、石鹸による手洗い（病院内や外出先に設置されているアルコール消毒もインフルエンザウイルスには効果的）
- 空気が乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下しインフルエンザにかかりやすくなるため、適度な湿度（50～60％）を保つ。うがいなど。
- 身体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を心がける。

一般家庭での換気の工夫について

季節を問わず、予防対策には、こまめな換気が重要です。一般家庭でも2003年7月以降に着工された住宅には、「**常時換気設備**」が設置されているので、常に稼働させましょう。設置されていない場合は、**台所や洗面所などの換気扇を常時運転**することで最小限の換気量は確保できます。

【冬場における換気の留意点】

- 暖房器具の近くの窓を開けると、入ってくる冷気が暖められます。
- 短時間に窓を全開するより、一方向の窓を少しだけ開けて常時換気を確保すれば室温変化を抑えられます。
- 人のいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった空気を人のいる部屋に取り入れれば、室温維持には有効です。

Face book を配信しています。 「いいね！」

Facebook を配信しております。病院内の出来事や研修会の情報など、いろいろな情報を発信しています。

ぜひご覧いただき、「いいね！」をよろしくお願いします。インターネットで「白鳥病院 Facebook」を検索してください。