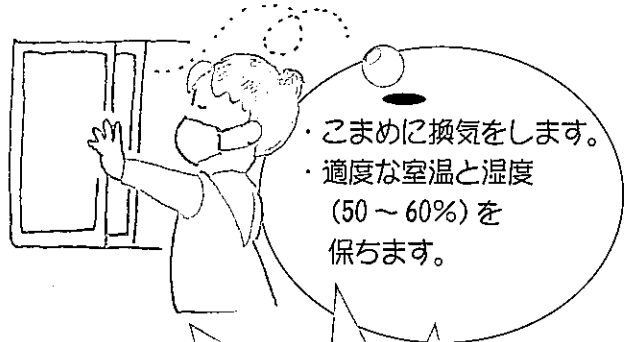


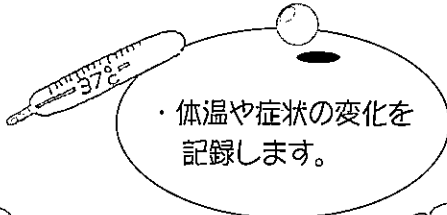
新型インフルエンザの 自宅療養のポイント

同居している家族への感染を確実に予防することは困難です。なるべく感染しないよう以下のことを心がけましょう。お薬はきちんと服用し、重症化しないよう見守りましょう。

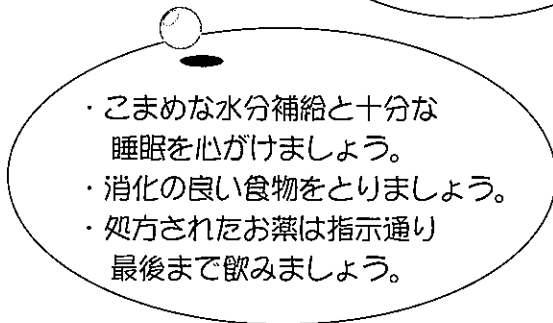
- ・なるべく個室で療養し、食事も個室でとりましょう。家族と接する場合はマスクを着けましょう。
- ・看病する人は、マスクを着けて看病し、看病した後は必ず手洗いやうがいをしましょう。



- ・こまめに換気をします。
- ・適度な室温と湿度(50～60%)を保ちます。



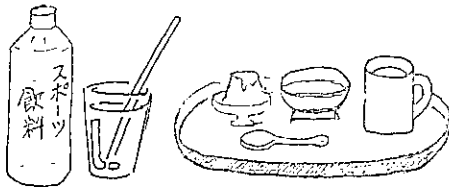
- ・体温や症状の変化を記録します。



- ・こまめな水分補給と十分な睡眠を心がけましょう。
- ・消化の良い食物をとりましょう。
- ・処方されたお薬は指示通り最後まで飲みましょう。



鼻水・痰・だえきに
ウイルスが多くいる!



- ・ドアノブやスイッチなどの、手が触れるところはこまめにアルコール等の消毒をしましょう。
- ・患者さんが使用したティッシュ等は、ビニール袋に入れて密封し、手を触れないように捨てましょう。

新型インフルエンザは自宅療養が原則ですが、まれにインフルエンザ脳症などに重症化することがあります。次の症状が認められた場合は、すぐに医療機関へ受診しましょう。

小 児

- ・呼吸が速い、息苦しそうにしている
- ・顔色が悪い(土気色、青白い)
- ・嘔吐や下痢が続いている
- ・落ち着きがない、遊ばない、反応が鈍い
- ・症状が長引いて悪化してきた

成 人

- ・呼吸困難または息切れがある
- ・胸の痛みがある
- ・嘔吐や下痢が続いている
- ・3日以上、発熱が続いている
- ・症状が長引いて悪化してきた

家庭に常備してある解熱剤や市販薬には、インフルエンザ脳症が悪化するといわれる薬剤があるので、医師の処方による薬を服用しましょう。

特定疾患治療研究事業の対象に、11疾患が追加されました。

＜平成21年10月から追加された11疾患＞

家族性高コレステロール血症(ホモ接合体)、脊髄性筋萎縮症、球脊髄性筋萎縮症、慢性炎症性脱髄性多発神経炎、肥大型心筋症、拘束型心筋症、ミトコンドリア病、リンパ脈管筋腫症、重症多形滲出性紅斑(急性期)、黄色靱帯骨化症、間脳下垂体機能障害(PRL分泌異常症、ゴナドトロピン分泌異常症、ADH分泌異常症、下垂体性TSH分泌異常症、クッシング病、先端巨大症、下垂体機能低下症)

※ 問い合わせ先=健康生活支援課