

# 新型流感的感染在扩大。 请彻底做好预防对策。

新型流感在国内和県内也发生了集团感染。

而且、在他県还出现了新型流感患者死亡的事例。

市民每个人做好预防对策是直接关系到防止感染扩大的关键。

咨询处：越前市健康増進課 0778-24-2221

8:30~17:30 (只限平日)

自身患有以下疾病的人、如感染上新型流感时

根据先例出现重症状的可能性比较大、请务必特别注意。

○慢性呼吸器疾患 ○慢性心疾患 ○糖尿病等的代谢性疾患

○肾机能障害 ○内服类固醇等免疫机能不全

还有、○孕妇 ○幼儿 ○高龄者也同样要务必注意。



## 1 洗手・漱口

特别是从外边回家后要养成漱口和用肥皂洗手的习惯。  
漱口和洗手、不止是对流感、对其他感染病也有预防作用。

## 2 避免去人多的地方

因为人多的地方被感染上的可能性比较大、为避免被感染上流感的病菌、最好不去人多的地方。  
外出时最好戴上口罩。

## 3 保持适当的湿度

空气过于干燥时嗓子的粘膜也容易发干、预防细菌的能力会下降、请保持适当的湿度。  
戴口罩也有预防效果。

## 4 确保营养和休养

食用营养丰富饭菜和确保睡眠、避免疲劳。



## 5 如被感染了……

请先与医疗机关联系、及早就诊。  
还有、请注意以下几点:确保睡眠、安静休养和食用营养丰富容易消化的饭菜、用茶水、饮料和汤来补充水分、避免外出。  
为避免传染周围的人请务必戴口罩。(『咳嗽的礼仪』)  
及早治疗、不只是为了防止病情加重、更重要的是防止传染给其他人。

无固定就诊医院的人和在家疗养的人、请与福井県発熱相談センター相談。

Tel 0778-51-0448 (8:30~17:30・只限平日)