

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症 同時流行に備えましょう！

毎年、12月から3月頃に流行するインフルエンザ。今年は、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されています。

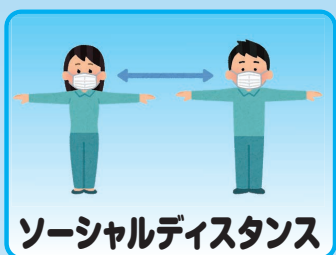
新型コロナウイルス感染症の流行により広がった「新しい生活様式」、一人ひとりの感染対策として身近になった、手洗い・手指消毒・咳エチケットは、インフルエンザの感染予防にも有効と言われています。基本的な感染対策を忘れずに心がけていきましょう。



マスク着用



こまめな手洗い



ソーシャルディスタンス



こまめな換気



適度な運動



バランスの良い食生活



十分な睡眠

インフルエンザ予防接種はお済みですか？



インフルエンザ予防接種は、インフルエンザ感染を防ぐ有効な方法のひとつです。予防接種を受ければ絶対にインフルエンザに感染しないわけではありませんが、発症しても重症化を防ぐ効果が期待できます。

特に肺炎などの合併症を起こしやすい65歳以上の高齢者や基礎疾患がある方で希望する方は早めに接種するようお願いします。

右記に該当する方は、日本感染症学会の提言で接種が強く推奨されています。

インフルエンザ予防接種が推奨されている方

- ・65歳以上の方(定期接種対象者)
- ・医療従事者
- ・基礎疾患を有する方
- ・妊婦
- ・生後6カ月～小学校低学年

ご不明な点は、かかりつけ医や宜野湾市保健相談センターにご相談ください。
宜野湾市保健相談センター ☎898-5583

生活習慣病で通院中のみなさまへ

**定期の通院・治療を継続しましょう！
通院は不要・不急の外出ではありません。**

新型コロナウイルスの流行により生活習慣病(糖尿病・高血圧・脂質異常症)などの通院を中断してしまうと、症状の悪化や合併症の併発(心筋梗塞・脳梗塞・人工透析など)などが心配されます。

通院に不安な場合は、まず、かかりつけ医へご相談いただき、早めに治療を再開しましょう。

