

感染症予防[※]のために

※上気道感染、鼻咽頭炎、気管支炎、インフルエンザ、肺炎球菌などの呼吸器感染症

手洗い



帰宅時や食事の前など、
石鹸で丁寧に洗いましょう。

うがい



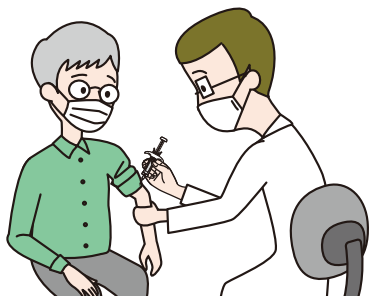
外出から戻ったら、
うがいも忘れずに行いましょう。

マスクの着用



外出時にはマスクを着用し、
なるべく人混みを避けましょう。

ワクチン



ワクチンで予防できる
感染症もあります。
(完全に防ぐものではありません)

歯磨き



口腔ケアは
感染症予防にもなります。

禁煙



タバコを吸っていると
感染症にかかりやすくなります。

インフルエンザワクチン

重症な肺炎などの予防が期待できます。65歳以上の方と、
60～64歳で一定の基礎疾患がある方¹⁾は毎年1回接種ができます。

肺炎球菌ワクチン

重症な肺炎などの予防が期待できます。65歳の方と、
60～64歳で一定の基礎疾患がある方²⁾は1回接種(生涯で1回のみ)ができます。

新型コロナワクチン

毎年度秋冬に、自治体による定期接種を実施しています。
対象は、65歳以上及び60～64歳の一部³⁾となります。

1) https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekkaku-kansenshou/yobou-sesshu/vaccine/influenza/index.html

2) https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekkaku-kansenshou/yobou-sesshu/vaccine/pneumococcus-senior/index.html

3) https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_00184.html

風邪のような症状が出たら、次の受診まで我慢せずに医師にご相談ください

- 咳や痰が続く
- 37.5度以上の発熱がある
- 鼻水・鼻づまり
- 息苦しい
- のどが痛む



監修 杏林大学 腎臓・リウマチ膠原病内科 教授 岸本暢将先生