



インフルエンザを予防で防ごう！

インフルエンザの症状

インフルエンザは流行性の疾患であり、日本では例年 12 月～3 月に流行します。流行すると、短期間に多くの人へ感染が広がります。インフルエンザに感染すると、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が突然現れます。併せて普通の風邪のように、のどの痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。

このような症状がでたら、医療機関を受診しましょう。

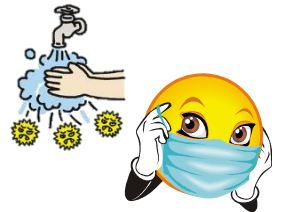
インフルエンザの予防策

▶ 流行前のワクチン接種

ワクチンは、インフルエンザになった場合の重症化防止に有効とされています。

▶ 手洗い

感染した人が咳を手で押さえた後や、鼻水を手で拭いた後にドアのぶや手すりなどに触れると、ウイルスが付着します。付着した所を別の人が触れ、その手で自分の口や鼻に触れることで粘膜を通じてウイルスが体内に入り感染します。手に付着したウイルスを除去するために、手洗いを行いましょう。



▶ 適度な湿度

室内が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下して、インフルエンザにかかりやすくなります。適度な湿度(50～60%)を保ちましょう。

▶ バランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるため、日頃からバランスのとれた栄養を摂取するように心がけましょう。

▶ 外出する際のマスク着用

ウイルスは、感染した人が咳をすることで飛んだ飛沫に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んで体内に入り感染します。人が多い場所に外出する際は、マスクを着用すると飛んでくる飛沫を防御しやすくなります。



当院もインフルエンザワクチンの予防接種を行っております。
接種期間は、12月27日までとなっておりますので、ご希望の方は当院職員にお尋ね下さい。

当院看護宿舎の解体工事の際、神奈川消防署による消防訓練を行いました

当院の新棟建設に伴い、看護宿舎の解体工事を行っています。その解体工事を利用して、神奈川消防署が震災対策訓練を行いました。

本訓練は、神奈川消防署第2消防隊・松見特別救助隊・浦島消防隊・片倉消防隊・菅田消防隊により行われました。

実際の工事中に生じたがれき等を使用し、人ががれきの下や、扉の中に閉じ込められた時などを想定した、本格的な訓練が行われました。



2013年（平成25年）12月 外来休診一覧表

2013/11/29現在

月	火	水	木	金
12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日
		・循環器内科 荒木 基晴 休診	・呼吸器外科 酒井 章次 休診	・循環器内科 塚原 玲子 休診
12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
			・整形外科 江川 順子 休診 →代診 谷田部	
12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日
			・外科 江川 智久 休診	
12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日
休診日				
12月30日	12月31日			
休診日	休診日			

月の途中で再度変更する場合がございます。詳細は各科外来窓口までお問合せください。