

新型インフルエンザ

の予防は



従来のインフルエンザ予防

と同じです。



1. せきまたはくしゃみをする時は、鼻や口をティッシュで覆ってください。使用したティッシュはゴミ箱に入れてください。また、マスクをしてください。
2. 特にせきまたはくしゃみの後や帰宅した時には、石けんと水を使用し、手をひんぱんに洗ってください。アルコールを成分に含んだ手指消毒薬も効果的です。

3. 自分や他人の眼・鼻・口に触るのを避けてください。菌はこの経路で広がります。

4. 病気の人との密接な接触は避けましょう。



5. もしインフルエンザにかかったような症状がある場合は、他人を感染させないために、職場または学校に行かず、他人との接触をできるだけ少なくすることをお勧めします。

(米国疾病予防管理センター推奨)