



冷え込みが厳しくなり、インフルエンザが流行する季節になりました。今回は、インフルエンザの基本知識と予防について特集いたします。



インフルエンザって？

インフルエンザウイルスによって引き起こされる感染症のことで、主に口や鼻から入ったインフルエンザウイルスがのど等の呼吸器系に感染し増殖します。潜伏期間は通常1～2日とされますが、長い場合10日前後にも及ぶことがあります。感染症によっておこる症状は、急な発熱、のどの痛み、頭痛、関節の痛み、体のだるさ、等様々です。日本では、12月～3月にかけて流行することが多く、高齢の方は重症になる危険が高いため注意が必要です。

感染経路は？

インフルエンザの感染経路は、大きく分けて3種類です。
①感染した人の咳やくしゃみで飛び散った飛沫を吸込む場合。（飛沫感染）
②患者の粘液が、他人の目、鼻、口などから直接入る場合。
③ウイルスが付着した物を触った手を通じて、間接的に口から入る場合。（接触感染）

予防しよう！！

インフルエンザの予防として、最近ではワクチンを使った予防接種も一般的ですが、基本的な予防法として、下記の事にも注意しましょう！

- 1. 栄養と休養を充分取る。**
体力をつけて、抵抗力を高めましょう。
- 2. 人ごみを避ける。**
病原体のウイルスを寄せ付けないようにしましょう。
- 3. 適度な温度、湿度を保つ。**
ウイルスは、低温・低湿を好みます。室内を適度な湿度に保ちましょう。
- 4. 外出後は手洗い、うがい。**
手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。
- 5. マスクを着用。**
予防としてはもちろん、患した方もくしゃみや咳の飛沫から他人に感染するのを防ぎます。

◎飛沫感染に効果的！◎



LOOP
ループ

17号P.169掲載【7169-8555】

シンガーサージカルマスク(50枚)
定価 ¥1,260 税別¥1,200

◎身に付けるだけで 周りの空間を除菌します！◎



空間除菌消臭
ES-010
エコムエアマスク
定価 ¥819 税別¥780円



オプション品のストラップ付で
只今キャンペーン中です！

