

## 衛生委員会報告

### ～第41回 インフルエンザについて～

#### 特徴

毎年12月～3月にかけて流行します。

感染性が高く重症化しやすいので注意が必要です。

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、喉の痛みなど全身に症状が現れます。

鼻水と咳も出ます。

子供はまれに急性脳症、高齢者や免疫力の低下している方は肺炎を併発することもあるので注意が必要です。

重症化しなければ1週間前後で症状が治まります。

#### 予防

流行前のワクチン接種は発症と重症化を防いでくれます。

外出後の手洗いうがいは感染の予防に有効です。

適切な湿度(50～60%)に保ち喉の粘膜の機能を失わないことも感染の予防に有効です。

じゅうぶんな休養とバランスのいい食事は体の抵抗力を高めます。

インフルエンザが流行してきたら人混みを控えたり不織布のマスクを使用して感染を避けましょう。

#### 感染したら

上記の症状が出たらすぐに病院に電話しましょう。

安静にして睡眠と水分をじゅうぶんにとりましょう。

周りへうつさないように不織布のマスクを使用してできるだけ外出を控えましょう。

#### 当社の感染症ガイドライン

インフルエンザの疑いが起きたら病院で確認し感染がわかったらすぐに利用者様とサービス提供責任者に報告してください。

症状が治まって1週間たつまではできるかぎり出勤を避けていただきます。

## 当社のインフルエンザ予防接種負担

当社の従業員は全員毎年1回インフルエンザの予防接種を社が負担します。

3000円前後が標準的なお値段です。

お近くの病院で受けてください。

領収書は「有限会社パーソナルアシスタント町田」でお願いします。

接種後2週間から5ヶ月ほど有効と言われておりますので10月、11月中に受けていただけるとよろしいかと思えます。

今月の衛生通信はインフルエンザでした。

情報源は厚生労働省のインフルエンザQ&Aが主です。

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/qa.html>

社内感染が起こらないように上記の徹底をお願いします。