

SAMPLE

感染症対策



株式会社ドクタートラスト

本日のセミナーの目的

1. 様々な感染症の種類と特性について知る
2. 感染症の正しい予防法を実践できる

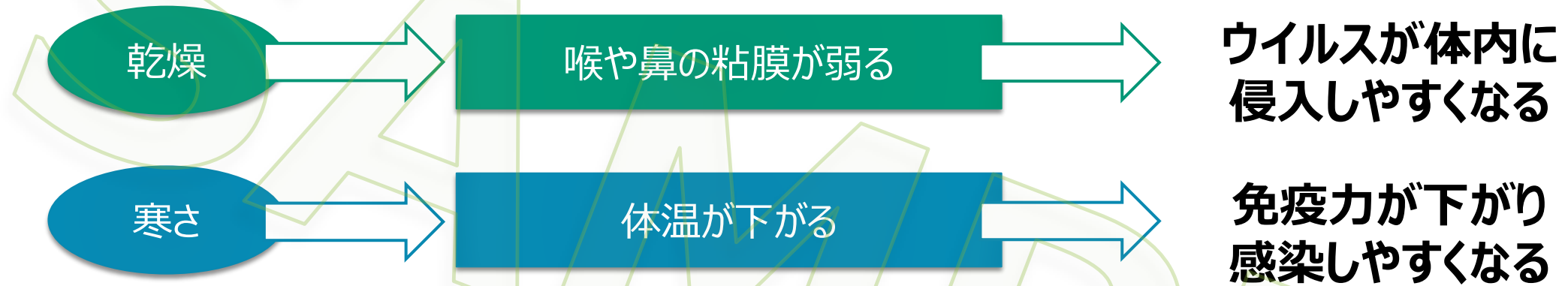
本日の目次

1. インフルエンザ、コロナウイルス
2. 感染性胃腸炎（ノロウイルス）
3. 感染症の予防法
4. 感染してしまったら



なぜ冬に感染症が流行しやすいのか

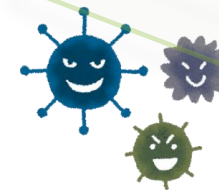
人間の免疫力の低下



ウイルスにとって最適な環境

低温・低湿度な環境

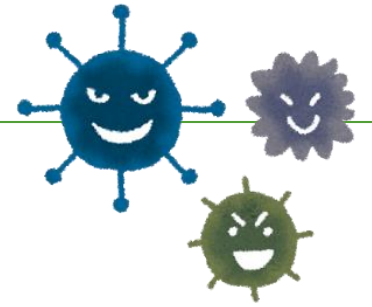
ウイルスが長く生存



インフルエンザと風邪のちがい

	インフルエンザ	風邪
初期症状	発熱・悪寒・頭痛	鼻や喉の乾燥感・くしゃみ
主な症状	発熱・筋肉痛・関節痛	鼻水・鼻づまり
悪寒	強い	軽い・短期間のみ
発熱	38～40℃（3～4日間）	ない または 微熱
全身痛・筋肉痛・関節痛	強い	ない
倦怠感	強い	ほとんどない
鼻水・鼻づまり	発症後期にある	発症初期からある
喉の痛み	強い	軽い
重症化	することがある	まれ

感染性胃腸炎とは



主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎

原因となるウイルス

- ✓ ノロウイルス
 - ✓ ロタウイルス
 - ✓ サポウイルス
 - ✓ アデノウイルス
- など

人間の腸管内で
どんどん増殖

1gあたり
100万個～10億個
のウイルス



100個以下のウイルスでも感染する非常に強い感染力

正しい手洗い

必要物品

- ハンドソープ
- 使い捨てペーパータオル
- 爪用ブラシ

タイミング

- 外出から帰ったとき
- 電車や公共の施設など人混みに行ったあと
- 飲食の前（間食も含む）
- トイレのあと
- 不潔なもの（ゴミや汚物など）に触れたあと
- 生肉・生魚・卵に触れたあと
- 咳やくしゃみをしたあと
- 咳やくしゃみをしている人に接したあと
- 動物に触れたあと
- マスクの着用前・着用後

15～20秒
2度洗いも
オススメ

マメに 正しい手の洗い方

政府広報オンライン

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2 手の甲をのぼすようにこすります。

3 指先・爪の間を念入りにこすります。

4 指の間を洗います。

5 親指と手のひらをねじり洗います。

6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

マメに手洗い、マメにマスクでインフルエンザ予防！

厚生労働省 さら詳しい情報は… インフル 厚労省 検索

インフルエンザの疑いがあるとき

**早めに
受診・検査**

抗インフルエンザ薬

ウイルスが増殖しきったあとでは効果が低いため
発症したらできるだけ速やかに受診する

対症療法

辛い症状を緩和して体力の低下による重症化を防ぐ

自宅安静

十分に睡眠をとる

体がウイルスと戦うために不可欠

食欲がなくても水分は摂取する

脱水は重症化や死亡の原因となる

早めの抗インフルエンザ薬投与がポイントとなる

他人に感染させないために

インフルエンザウイルス排出期間

仕事は必ず
休みましょう



感染

潜伏期間
1～3日

発症
3～7日

軽快

最低でも解熱後2日かつ発症後5日過ぎるまで出勤は控える！

発症して3日経った！
もう熱はないし
仕事へ行こう！



感染