

新型コロナとインフルエンザに注意せよ！

2021年の冬は、新型コロナとインフルエンザの同時流行が心配されています。この2つの風邪ウイルスの違いを理解することが、自分の命を守ることにつながります。新型コロナの流行を抑えられない理由は、発症前から他人に感染させている点にあります。

<主な症状>共通する症状が多い

【新型コロナ】

発熱、空咳、頭痛、咽頭痛、倦怠感、味覚や嗅覚の消失など

【インフルエンザ】

発熱、咳、鼻水、咽頭痛、頭痛、関節痛、倦怠感など

<潜伏期間・感染力・致死率>

【新型コロナ】

- ・潜伏期間：1～14日（平均5、6日）
- ・ウイルス排出期間：10日以内。発症前1～2日から感染力あり
- ・致死率：約2、3%（2020年11月現在）

【インフルエンザ】

- ・潜伏期間：1～3日
- ・ウイルス排出期間：5～10日。ピークは発症後2～3日
- ・致死率：0、1%以下

<感染予防>

- ① 手洗いと手指消毒・・・消毒アルコールは75%以上が望ましい
- ② マスクの着用・・・使い捨てるか、又は毎日洗うこと
- ③ 加湿・・・冬は空気が乾燥しているので、湿度40%以上を目安に

文責 松本市四賀の里クリニック 院長 家田 正寿 TEL64-2027

☆新年あけましておめでとうございます。

今年も皆さんの健康と元気のための情報を掲載していきます。
たくさん笑って元気な一年にしましょう!!

