



2011年 第5号 発行日2011.12.1

医療法人ウイング 高城病院

ウイングICT新聞

「咳エチケットを守りましょう！」

咳、くしゃみの飛沫の中や鼻汁にウイルスが大量に含まれています。

咳で1.5メートル、くしゃみで3メートル、ウイルスを含むしぶきは飛び散ります。

これを飛沫感染といいます。

咳エチケットとは？

咳、くしゃみのある時は、この飛沫感染防止のためマスクを着けます。マスクは、咳やくしゃみが出る人が着けるものであって、健康な人がマスクを着用してもウイルスの吸入を完全には予防不可能なので予防として着けてもあまり意味はありません。

マスクを着けていない時は、咳に含まれる病原菌の拡散を予防する為、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆い、顔を他の人には向けず、できれば1メートル以上離れましょう。

使用後のティッシュはフタ付きのゴミ箱に捨て、手は石鹸で丁寧に洗い流しアルコール系手指消毒剤で消毒しましょう。

手にウイルスを着けない為にも手で覆うのは避けましょう。ウイルスが着いた手でドアノブなどの物を触ると、触れた物にウイルスが着き、そこを手で触った人が目、口、鼻の粘膜に触れ感染拡大の恐れがあります!!ぜひ、咳をしている方には、マスクの着用をお願いし、職員全員で院内感染予防に努めましょう。

感染予防対策の為、手洗いやうがいも励行し、十分に休養をとり体力や抵抗力を高め、日頃からバランスの良い食事をとり規則的な生活を送りましょう。