

保健室だより

東北学院大学 保健室

- ◆土樋キャンパス 8号館 2階
- ◆泉キャンパス 1号館 2階
- ◆多賀城キャンパス 1号館 2階

新型コロナウイルスによる感染症が拡大しつつあります。感染予防と感染拡大防止に努めましょう。

新型コロナウイルス感染症とは

症状

発熱やのどの痛み・咳が長引く（一週間前後）・強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。感染しても軽症で治る例も多いですが、季節性インフルエンザと比べ重症化するリスクが高いと考えられています。重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。特に高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。

感染経路（閉鎖した空間・近距離での多人数の会話等には注意が必要です。）

- 飛沫感染：感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸いこんで感染します。
- 接触感染：感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後に、その手で周りの物に触れるとウイルスが付着します。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

こんな方は相談窓口へ連絡を

- 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならないときを含む）
- 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

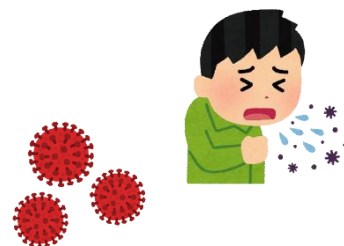
宮城県・仙台市にお住まいの方

相談窓口（電話）022-211-3883（24時間受付）

※聴覚に障害がある方や電話相談が難しい方 FAX022-211-3192

厚生労働省の電話相談窓口（コールセンター）

相談窓口（電話）0120-565653（午前9時から午後9時）



正しい手洗いが重要



最後に十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かす。

感染予防と感染拡大防止に努めましょう

【感染機会を減らす】



★人ごみを避ける★



★定期的に換気を★

【咳エチケットと正しいマスクの着用】



★咳やくしゃみの時は袖で



★隙間なく鼻まで覆う★



口・鼻を覆う★

【免疫力を低下させないために…】



★栄養バランスよく★



★適度な運動習慣★



★休養と睡眠★

引用・参考 URL：【厚生労働省ホームページ】

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

【東北医科薬科大学：

「新型コロナウイルス感染症～市民向け感染予防ハンドブック」

<http://www.hosp.tohoku-mpu.ac.jp/info/information/2326/>

