

組合員の皆様へ

生き生きだより

2月号

まだまだ寒さも厳しいですが、風邪などひいてませんか？！
小さなお子様や高齢者の方など、抵抗力の弱い方は
体調管理をしっかりとっておきましょう。



え!?

今年も流行



「インフルエンザ」



感染経路

- * 飛沫感染 ・ ・ 感染者の咳やくしゃみ、唾液などに含まれるウイルスを吸い込むことによって感染！
- * 接触感染 ・ ・ インフルエンザにかかった人が使用したドアノブや交通機関のつり革などを、別の人がその物に触ってウイルスが手に付着しその手で口や鼻を触ることで感染！



症状

- ★ 感染してから、1日～4日間の潜伏期間の後に発症します。特に発症から、3日間ほどが最も感染力が高いそうです。
- ★ 38℃～40℃の高熱、悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感、咳、鼻水、嘔吐、下痢などの症状がみられます。

【合併症】

気管支炎・インフルエンザ肺炎・細菌性脳炎・脳症

◆ 大人 ◆

- ・ 呼吸困難、息切れ
- ・ 胸の痛み
- ・ 3日以上発熱が続いている

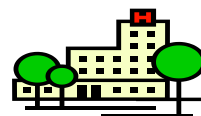


◆ 子ども ◆

- ・ 顔色が悪く、唇が紫色をしている
- ・ ゼーゼーする
- ・ 水分がとれず、半日以上おしっこが出ていない



「おかしいなあ～?!」
と思ったら、早めに
医療機関を受診
しましょう！



氏名・住所・電話番号・勤務先・振替口座の変更はありませんか？
変更があった場合は、長崎医療共済事務局まで、ご連絡ください。

 **長崎医療共済生活協同組合**

午前9時～午後17時まで受付
(土日祝日、年末年始は除きます)

フリーダイヤル

0120-927-966

<http://www.nagasaki-iryokyosai.jp>