

1 2 感染症の予防

○予防するために有効な対策

予防するには(発生源)をなくすこと、感染経路を断つこと、体の(抵抗力)を高めることが有効。

○発生源をなくす

各ウイルスの病原体を適切に

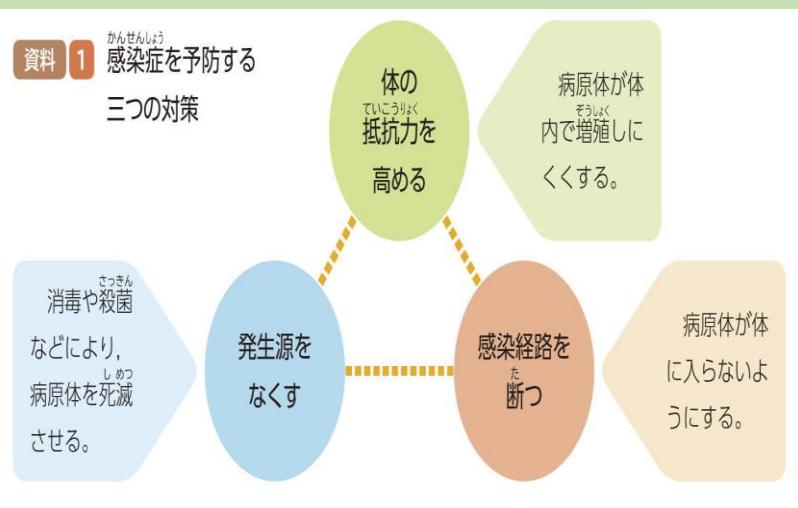
処理し、周辺を(消毒)することで発生源をなくすことができる。また、加熱すべき(食品)は加熱する、調理器具は(熱湯)などで殺菌することも有効。

○感染経路を断つ

各ウイルスは手に付いた病原体が(口)や目から体に入ることにより感染する。そのため、せっけんで十分に(手洗い)をすることで、感染経路を断つ。それ以外にも感染者のせきや(くしゃみ)などによって飛び散ったしぶきを直接に口や(鼻)から吸い込んで感染。したがって、うがい、(人ごみ)を避けることも有効

○抵抗力を高める

日頃から(栄養)や休養を十分にとつて、(体力)や抵抗力を高めておくことが大切。また、(ワクチン)が開発されている場合は(予防接種)を受けて(免疫)という抵抗力をつけることが必要。



資料 3 せきエチケット

- せき、くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用する。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔をそむけて1m以上離れる。
- 鼻汁、たんなどを含んだティッシュは、すぐごみ箱に捨てる。
- せきをしている人に、マスクの着用をお願いする。

