

毎日、コロナウイルスの話題で嫌になりますね。まさかここまで広がるとは！思っていなかった方も多いのではないのでしょうか？オリンピックも延期になり、学校もいつから始まるのか・・・そしてコロナウイルスに飽きてしまっている人も・・・まだまだ収束が見えないので、うその情報に惑わされず、一人一人がしっかりとした対策が必要になります。今月号は、情報源が確かとされるものよりコロナウイルスに関しての情報をお送りします。（内容は制作時の情報になります。）

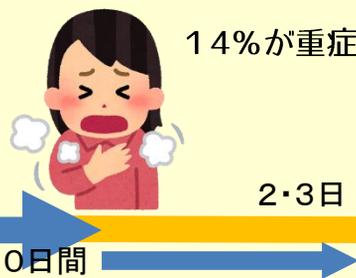


## コロナウイルス情報

### 風邪症状



### 呼吸困難咳・たん



### 人工呼吸器管理など



ウイルス性の風邪の一種で症状としては、**発熱やのどの痛み、せきが1週間前後続く**ことが多くある。また強いだるさを訴える人が多いのが特徴としてあげられます。**潜伏期間が約1週間**で、症状がない場合でも他の人への感染が考えられています。**高齢者や基礎疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患など）のある人は特に重症化しやすく、死亡例も確認されているので注意が必要です。**罹患しても軽症であったり、治癒する例も多いようです。重症度としては、致死率が極めて高い感染症ほどではないものの、季節性インフルエンザと比べて高いリスクがあります。今のところ、インフルエンザのように有効性が確認された抗ウイルス薬がなく、**対症療法が中心**となっています。また、現在のところ、迅速診断用の簡易検査キットがないなどが特徴です。

## コロナウイルスはどうやって感染するの？

### 飛沫感染

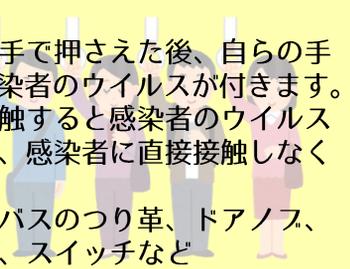
感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。



※感染を注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき

### 接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れると感染者のウイルスが付きます。未感染者がその部分に接触すると感染者のウイルスが未感染者の手に付着し、感染者に直接接触しなくても感染します。



※感染場所の例：電車やバスのつり革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど

## 当院でのコロナ対策

今までも予約優先制ということもあり、同時刻に待合室や診療室に多くの患者さまがおられる、という事はあまりございませんでした。事態が落ち着くまで、なるべく予約枠にゆとりを持たせ、ご来院人数の調整をしていく方針です。また定期的な換気・空気清浄機の常時運転・スタッフのマスク着用・患者さん毎のマクラの消毒・タオルの交換・使い捨てのフェイスパーを使用など安心して施術をうけられるような施術環境作りを行っています。



院長 間瀬 大輔

うらへ続く



一人ひとりが  
できることを！

KEEP OUT KEEP OUT KEEP OUT KEEP OUT KEEP OUT  
★新コロナウイルス対策★  
KEEP OUT KEEP OUT KEEP OUT KEEP OUT KEEP OUT

～その1～

やっぱり基本の手洗い  
『正しく』『こまめに』『丁寧に』

インフルエンザをはじめ感染症の多くは、やはり手を介して体内に侵入すると言われており、『手洗い』がとても重要になってくるのです。  
帰宅後や食事前だけでなく、外出先や公共機関などで不特定多数の人が触れるようなものに触れた後は可能な限りこまめに行うことが大切です。



～その2～

咳エチケットを  
再確認しましょう



時期的にも花粉症と重なる季節です。コロナウイルスで、マスクも手に入らない状況が続いています。手づくりマスクといっても皆がしているわけではありません。咳・くしゃみの際はハンカチ・袖で覆い、広がらないようにすることも大事になります。マスクは4月中旬には店頭で供給されるのでは？という情報もありますが確実な情報ではありません。また、過剰反応で他人を傷つけることもありますので、個人での注意も必要と考えられます。

～その3～

3つの密を避けましょう



①換気の悪い密室空間 ②多数が集まる密室場所 ③コミュニケーションでの密接場面  
政府関連の通達でもある通り、**集団発生**(クラスター)を予防する事も重要です。  
新型コロナウイルスの潜伏期間は長い場合も多いので、無症状の人が、他の人に感染させていることも考えられます。**体調に少しでも不安・異常がある場合は**、無理せず、自宅で休養することも必要です。  
花見シーズンではありますが、やはり自粛の必要性も考えないといけなかもしれません。

～その4～

噂や偏見には  
気を付けましょう



ティッシュ・トイレペーパーが無くなる！という情報が流れ、一時的に紙関係の商品が手に入りにくいといった状況がありました。噂・デマ・不安を煽るような信憑性に欠ける情報も出てくることもありますので、情報に惑わされないように気を付けることも大事です。食品の買いためしすぎるのも**食品ロス**につながり避けたいところです。また、経済的に影響が出やすくなっている状況です。極端に控えすぎるのも色々な業界に影響を与えかねます。いつ・誰が感染しかねない状況なので、不確実な情報で「どこどこで感染があった」という噂は避けるようにしましょう。いじめのような状況が出てくると**ウイルスが怖いのか人間が怖いのか**わからなくなるので注意しましょう！！

★新型コロナに負けるな★

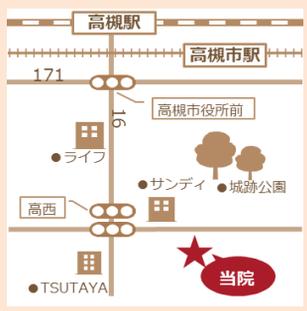
ませ鍼灸整骨院

ご予約の際は「チラシを見て予約したい」とおっしゃって下さい

予約優先制 **072-628-0689**

ませ鍼灸整骨院

検索



サンディ高西店のななめ向  
駐車場2台分完備