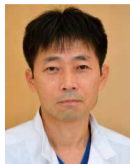


●内科・循環器内科・心臓リハビリテーション科

感染症を予防しよう



院長・循環器内科専門医
新妻健夫

今年は、コロナウイルス感染症のため、皆さん、感染予防は特に意識して行っていると思います。実は、この冬の時期は、インフルエンザなどの感染症をきっかけに、心不全が悪化する方も多い時期です。以前から患者さんへ、風邪予防についてお話しすることが多い時期でもありました。

では、具体的には何をしたらよいでしょうか。まず、環境整備として、換気、湿度を維持することです。換気は、窓を開け空気の通り道を確保します。必要な換気回数は厳密には計算が必要ですが、常時15cmほど開窓しておくことは有効でしょう。エアコンは、換気にならないので注意が必要です。湿度は、30%を下回ると、ウイル

長者2丁目かおりやま内科

診療時間 9:00~12:00/14:00~18:00
※水曜・土曜は、9:00~12:30まで
※受付終了は診療終了の30分前

休診日 日曜日・祝祭日
郡山市長者二丁目12番5号

☎954-6773

WEB予約もできます▶



スは活発化します。加湿器などを活用し、湿度60%前後を目標にします。応急な対応として、濡れたタオルを部屋に下げるといった方法もあります。

次に、身を守る手段です。マスク着用、十分な手洗い、感染しやすい場所(ひとごみ等)に長時間滞在しないことです。そして、十分な休養をとりましょう。もし、体調の変化を感じたら早めに対処しましょう。医療機関へは、必ずはじめに電話にて問いあわせ、受診の仕方について相談しましょう。