

「地域のかかりつけ医 まるき内科クリニック」

# “薬師かわら版”



〒989-5625 栗原市志波姫堀口十文字1-1 TEL0228-24-8073 発行者 院長 鈴木 慎二

## 待合室



待合室コーナーは、糖尿病の予防や改善に向けた情報をお伝えします。

### 新型コロナウイルス感染症 日本での流行に備える3つの対策

そろそろ新型コロナウイルスの流行が国内でも始まりそうです。当初は「新型肺炎」と呼ばれていましたが、多くの人にとっては「新型上気道炎」と呼ぶべき感染症であることが分かってきました。ただし、重症化している人が少なからずいることも、中国における間違いのない事実です。国内流行に備えるために心がけてほしいことを3つお伝えします。

#### 1) ほとんどの人には風邪にすぎない

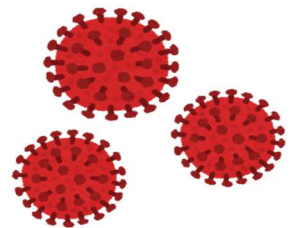
重症者や死亡者の情報ばかり先行していますが、実は、ただの風邪で治っている人が圧倒的に多いようです。特に、若くて健康ならば、感染しても、いつもの風邪のような経過で終わるでしょう。感染を極端に恐れることなく、食事と睡眠をしっかりとりながら、いつものように過ごしてください。

#### 2) 高齢者と持病のある人を守ろう

高齢者や持病のある人の中には、感染して肺炎をこじらせたり、持病が悪化する人がいます。症状がある人は周囲に感染させないように、咳エチケットや手洗いを心掛け、外出を自粛しましょう。特に、高齢者が集まって暮らしている介護施設を守ることが重要です。

#### 3) 安易な受診で救急医療をつぶさない

いつもの風邪だと感じておられるなら、いつもの風邪のように行動してください。あわてて救急を受診したり、原因ウイルスの種類を知る必要もありません。水分をしっかりと摂りながらゆっくり自宅で休んでいてください。そのことが、救急医療の機能を保ち、高齢者や持病のある人を守ることにもつながります。息苦しさや高熱など、いつもの風邪と違うと感じたときには、迷わず病院を受診してください。



\* 感染症流行への不安に付け込む便乗商法が増えてきます。感染対策の基本は、こまめな手洗いと適切なマスクの使用、咳エチケットを心がけ外出を自粛することです。



新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口があります。

中国湖北省から帰国した方や、このような方と接触した方で発熱や咳などの呼吸器症状がある場合にはまずは相談窓口にご相談してください。

△ 宮城県の相談窓口 △

電話：022-211-3883

受付時間：9時から21時

## 掲示板

休診・診療時間変更のお知らせ

- ・3月8日(日) 当番医(9時から17時まで)
  - ・3月12日(木) 休診
  - ・3月19日(木) 受付16時30分まで  
上記となっております。
- ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。

