

冬

CONTENTS

場の健康管理 (COVID-19 とインフルエンザ)

## COVID-19 とインフルエンザの相違

- ・症状
- ・潜伏期間
- ・無症状感染
- ・ウイルス排出期間
- ・ウイルス排出のピーク
- ・重症度
- ・致死率
- ・ワクチン
- ・治療

## 外来での検査について

- ・COVID-19 とインフルエンザの鑑別
- ・外来診療検査のフローチャート

## ワクチンについて

## 感染症予防の基本

- ・手洗い
- ・消毒
- ・うがい
- ・マスク
- ・換気

## 冬場だからこそ気をつけたいこと

- ・血行障害予防の水分摂取
- ・身体を温める
- ・ビタミン A とビタミン C を摂る
- ・環境面での対策（温度、湿度）
- ・ヒートショック
- ・運動不足対策
- ・冬に気をつけたい事故やケガ

