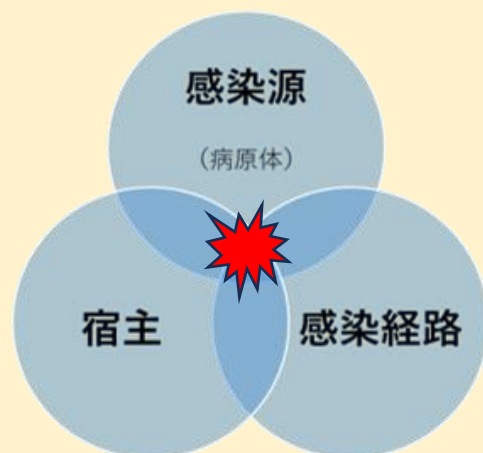


◆健康へのワンポイント アドバイス◆

『感染成立の3要因と感染予防の3原則』



感染源の排除

感染経路を遮断

抵抗力を高める

感染症は**感染源、感染経路、宿主の3つの要因**が揃うことで感染します。

これらに対して**適切な対策をとることで感染を防ぐ**ことができます。

- ・ 感染源の排除；感染源の原因に近づかない、触れないなど
- ・ 感染経路の遮断；うがい、手洗い、マスク着用、咳エチケットなど
- ・ 抵抗力を高める；十分な栄養と睡眠、ワクチン接種など

<病原体は目に見えません。完璧な予防は不可能ですが、できるだけワクチン接種を受けられ
罹っても負けない体力、抵抗力を作りながら日々の生活の中で適切な感染対策をしましょう。>

もしも『罹ったかな?』・・・早めに医療機関を受診しましょう!

(令和6年2月)