

鳥インフルエンザ

鳥インフルエンザ対策で日本中大騒ぎです。用心するのは良いですが、個人でできること、医療機関でできること、行政がすることを区別していかないと混乱を招くばかりです。

鳥インフルエンザは一旦人に感染しそれが人間同士で感染が始まると恐ろしく猛威を振るうわけですが、その段階で感染するとすぐに医療機関の治療が必要です。しかし11月現在ではその状況ではなくそうなったら大変だから、行政として準備している段階です。

では個人でできることは、まだワクチンはありませんので、それ以外でできることは、ごく普通のことですが、外出から帰ったらうがいをするのと手をよく洗うことは守りましょう。風邪やインフルエンザ流行のうわさを聞いたときには殺菌性のマスクをかけ外出し人ごみは必要以外に近づかないことです。

流行しても感染する人しない人の差は、自分で予防策を守ること。普段から食事に気をつけ体力を維持することと、時期の前に「かかりつけ薬局」で体力増強剤や栄養剤を選んでもらい備えるのも私たちの知恵のひとつです。