

# キタバ通信

第88回



## 新型コロナウイルス感染症の予防について

今話題の新型コロナウイルス感染症について、予防のためにできることを紹介したいと思います。

ルス感染症について、予防のためにできることを紹介したいと思います。まず、このウイルスの感染経路は、飛沫感染と接触感染です。つまり、感染者の咳などに乗ったウイルスを吸い込んだり、物についたウイルスを触った手で鼻や口を触ることで感染するのです。

そこで、効果的な予防法として、手洗いとマスクが挙げられます。このウイルスは



アルコールにも弱いのでアルコール消毒もいいでしょう。

また、乾燥で喉の粘膜の防御機能は低下します。加湿

器やこまめな水分摂取で喉

の湿度を保つことで、付着したウイルスを排泄し、感染を防ぐことができます。

言うまでもなく、十分な睡眠やバランスの良い食事など、普段の健康管理も重要です。

駆け足になってしまいましたが、今回書いたことは、インフルエンザの予防にも使えます。できることから予防を始めてみてはいかかでしょうか？

キタバ薬局薬剤師

鈴鹿 真子

### ●キタバ薬局

メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12  
0721-28-7423

津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-1-104  
0721-40-2267

河内長野店 河内長野市西之山町7-2  
0721-50-0085

金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1  
072-366-0131

西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16  
072-365-0399

くみの木店 大阪狭山市茱萸木4-372-10  
072-360-2101

### ●キタバ

エコール・ロゼ店 富田林市向陽台3-1-1  
0721-28-3654

向陽台店 富田林市向陽台2-1-12  
0721-28-3479

河内長野店 河内長野市西之山町7-2  
0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局