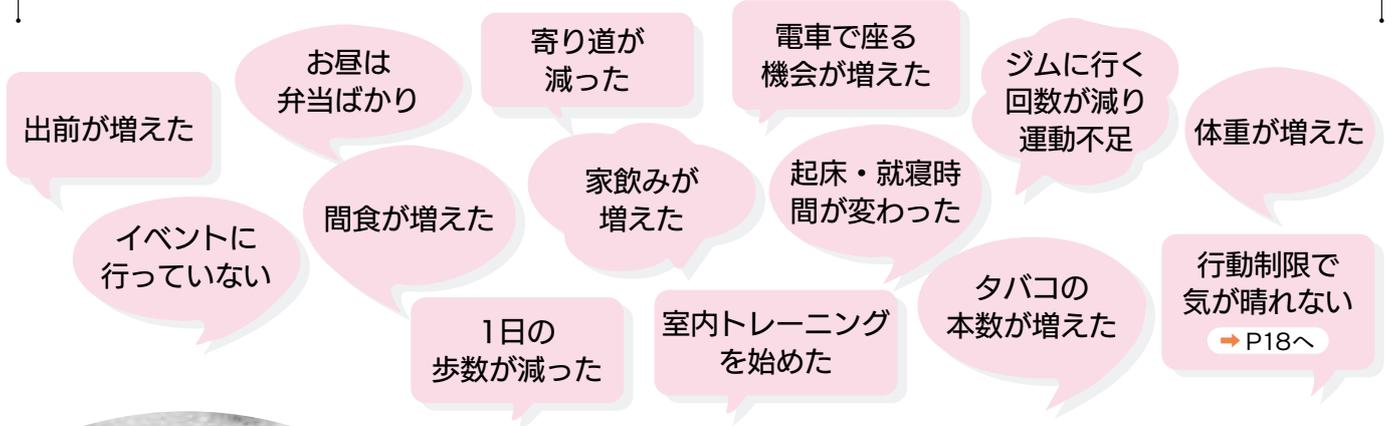


特集 肥満対策と禁煙で新型コロナ

こんな生活の変化はありませんか？



肥満は新型コロナを重症化させる恐れが…



肥満が新型コロナの重症化の大きな要因になっているという研究が次々に発表されています。感染者のなかで重症化して人工呼吸器が必要になる率は肥満者で著しく高いこと、人工呼吸器から離脱できた率も肥満者は明らかに低いこともわかってきました。

日本肥満症予防協会によると、内臓脂肪の過剰蓄積が横隔膜の動きを阻害し、呼吸器症状を悪化させると考えられています。さらに、蓄積した内臓脂肪から炎症性の物質が過剰に分泌されて、正常な細胞も次々に攻撃してしまう免疫反応の暴走が起こり、重症化するのではないかと推測されています。

まずはウォーキングなどの簡単な運動と食生活の見直しから肥満対策を始めませんか。



この冬はコロナとインフル同時流行に備えよう

インフルエンザ予防接種をおススメします！

- 新型コロナが重症化しやすい人は？
- - 肥満の人
 -
 - 喫煙習慣のある人
 -
 - 高齢者
 -
 - 基礎疾患のある人
 -



今年の冬は新型コロナとインフルエンザが同時に流行することが予測されています。症状から見分けることは難しいため、医療機関では新型コロナとインフルエンザの両方への対策が必要となり、医療機関のひっ迫が懸念されています。

新型コロナにはまだワクチンはありませんが、インフルエンザにはワクチンがあり、重症化を予防する効果があります。この冬は、インフルエンザ予防接種の希望者が例年以上に多くなりそうです。小児や高齢者、基礎疾患のある人は、早めにインフルエンザ予防接種の予約をしましょう。

医療機関によっては、予防接種の時間帯が決まっていることもあるから事前に連絡しよう