

COPD 患者さんのための 新型インフルエンザ(H1N1)対策

息切れをあきらめないで！
Breathless not Helpless!



November 18 2009
2009年11月18日は世界 COPD デー
www.goldcopd.org
www.gold-jac.jp



多くのCOPD患者さんが、新型インフルエンザ(H1N1)について心配しています。ここでは、インフルエンザの予防のためにあなたができることをいくつか紹介します。

1. **ワクチン接種を受けましょう。** H1N1インフルエンザワクチンは、通常の季節型インフルエンザワクチンとは違います。主治医または地域の保健所に、ワクチン接種が可能かどうか、また推奨されているかどうかをお問い合わせください。
2. **清潔を保ちましょう。** 消毒薬を使って、**こまめに手を洗いましょう。** 可能であれば人込みを避け、感染している可能性のある人には近づかないようにしましょう。
3. **COPDの治療薬を指示通り服用しましょう。** 自己判断で治療を変更したり、医師の指示なく別の薬を服用したりするのはやめてください。
4. **肺の健康を保ちましょう。** 活動的に過ごし、適正な栄養と十分な休養をとりましょう。
5. **計画を立てましょう。** 主治医と相談し、呼吸機能が悪くなったときにどうするか決めておきましょう。
6. **H1N1インフルエンザにかかったかなと思ったら、また高熱や咳、のどの痛みがあるときには：**
 - 通常のCOPD 治療を続けましょう。
 - 主治医に連絡し、指示を受けましょう。受診する際には、できるだけ事前に電話してください。
 - 十分な休養と水分をとりましょう。
 - 清潔を保ち、ほかの人に感染させないために、十分な期間、外出せずに家で過ごしましょう。



世界 COPD デー 2009 は GOLD (Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (www.goldcopd.org)) が主唱し、世界 COPD 患者団体連合会 (International COPD Coalition (www.internationalcopd.org)) が協力しています。

世界での活動は、次の企業からの教育助成金によってサポートされています。:

Almirall, AstraZeneca, Boehringer-Ingelheim, Chiesi, Dey, Forrest Labs, GlaxoSmithKline, Novartis, Nycomed, Pfizer, and Schering Plough.

日本での活動は、アストラゼネカ株式会社、アボット ジャパン株式会社、大塚製薬株式会社、杏林製薬株式会社、グラクソ・スミスクライン株式会社、田辺三菱製薬株式会社、帝人ファーマ株式会社、ニコメッドジャパン株式会社、日本ベーリンガーインゲルハイム株式会社、ノバルティスファーマ株式会社、ファイザー株式会社によってサポートされています。