

～喫煙者の方は、肺炎の重症化にご注意ください！～

新型コロナウイルス感染症にかかった場合、**現在喫煙をしている方、または過去に喫煙をされていた方は、症状が重症化する危険が高くなる**ことが明らかになっています。肺の免疫機能が落ち、ウイルスに侵入されやすい状態になっているため、基礎疾患等がない場合でも特に注意が必要です。

また、喫煙室は「3密（密閉・密集・密接）」の空間となり、集団感染が生じやすい環境とされています。

感染を広げないため、そして自分自身とご家族や周りの大切な方を守るため、この機会に禁煙を考えてみましょう。福島市内の禁煙外来の情報について、福島市ホームページに掲載しています。ご覧ください。



福島市 禁煙外来 🔍



新型コロナウイルス感染症の予防策

禁煙とあわせて、一人ひとりの標準的な感染症予防策をとりましょう。

 <p>1 こまめに 石けんで手洗い</p>	 <p>2 せきやくしゃみが 出るならマスク</p>	 <p>3 症状が軽いなら 自宅で休養</p>	 <p>4 病院に行くなら 事前に電話</p>
 <p>5 人混みには なるべくいかない</p>	 <p>6 重症化しないよう タバコはやめる</p>	 <p>7 部屋の換気を 十分に</p>	 <p>8 栄養・運動・休養で 体調管理を万全に</p>