

# 【帯状疱疹にうつらない、うつさない為には】

## 1 どうやってうつる？

- ・ 触ってうつる
- ・ 空気中に浮遊してうつる（一部）



## 2 うつらない、うつさない為に

- ・ 手洗い
- ・ 手指消毒（水泡、帯状疱疹ウイルスはアルコールが効きます）

## 3 うつらな、うつさない為に

- ・ 発疹には触らない
- ・ 出来るだけ接触を避ける（妊婦、早産児、低出生体重児、免疫不全の方）

## 4 生活上で出来ること

- ・ 入浴は最後にする
- ・ 洗濯物に浸出液などの付着物が付いたら一度洗い流してから家庭用洗濯機で洗濯する

