

熱田小児科クリニック掲示板

1 1月のテーマ 『インフルエンザ』

(医)熱田小児科クリニック「ひまわり」スタッフ

インフルエンザウイルスに感染すると？…

約 1～3 日の潜伏期間の後、インフルエンザを発症します。続く 1～3 日では、突然の 38℃以上の「高熱」や全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。やや遅れて咳やのどの痛み、鼻水などの「呼吸器症状」が現われ、腰痛や吐き気などの「消化器症状」を訴えることもあります。通常は 10 日前後で症状が落ち着き、治癒します。

家庭で気をつけること

- ①休む：家で寝ていることが一番大切です。
- ②保温：寒くない程度の暖房。暑すぎない程度の調節をしましょう。
- ③食事：子どもの好きなもので、消化の良い物を与えます。水分を十分にとるように心がけてください。
- ④入浴：疲れさせないようにということを気を付け、お風呂でさっぱりさせる程度であれば大丈夫です。

学校保健安全法は出席停止期間を次のように定めています。
 発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまで登校できません。
 ただし、症状により医師が感染のおそれがないと認めたときはこの限りではありません。

発症後、最低5日間は登校不可

	発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
〈例1〉 発症2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 5日以内 登校不可	登校可能	登校可能
〈例2〉 発症4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能

自宅療養が必要な期間は、医師の許可があるまでです。発症後5日経過、かつ36℃台の熱が2日間(幼児の場合3日間)続くまでは自宅待機し、**受診時に登校許可書と体温記録表を持参し、受診してください。**

咳エチケット(マスク着用)

- ・周囲へのウイルスの飛散を防ぐため、患者はマスク着用しましょう。
- ・マスクを着けていない状態でくしゃみや咳をするときには、ティッシュなどで口と鼻を覆いましょう。使用したティッシュはすぐに捨て、手を洗いましょう。

インフルエンザを予防するために…

予防接種を受けてから効果が表れるまでは約2週間かかり、効果は約5か月間持続します。毎年の接種をおすすめします。早めに予防接種を受けましょう。