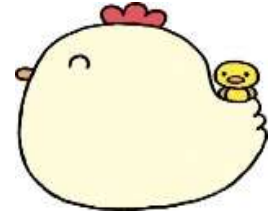




高田病後児保育所「ぬくみ」 掲示板



【12月のテーマ】 インフルエンザ

高田病後児保育所スタッフより

本格的な寒さに冬の訪れを感じる季節になってきましたね。今月のテーマはこの時期に流行しやすい『インフルエンザ』についてです。

📖『原因・症状』📖

『インフルエンザ』とはインフルエンザウイルスに感染したことで発症します。感染ルートはインフルエンザに感染した人のくしゃみや咳の中に含まれたウイルスを吸い込むことでうつる**飛沫感染**や、ウイルスのついた人や物に触れることでうつる**接触感染**などです。普通の風邪は発症後の経過が緩やかでくしゃみや喉の痛み、鼻水・鼻づまりなどが主たる症状であるのに対し、インフルエンザは感染すると突然、高熱が出てぐったりします。喉の痛みや頭痛、筋肉痛もみられます。ほぼ同時か、少し遅れて咳や鼻水が出てきます。

🔑『治療』🔑

自宅で安静にし、睡眠を十分にとることと高熱による脱水症状を防ぐために水分を十分にとることが重要です。食事はお子さんの好きなものでよいので、すこしずつこまめに与えてあげてください。

『インフルエンザ』は抗インフルエンザ薬なしでも自然経過で治ることがほとんどです。症状の強さや年齢、持病の有無によって抗インフルエンザ薬が処方されることもあります。発症から48時間以内に使い始めなければ効果が乏しいのでできるだけ早く医療機関を受診しましょう。薬の種類や服用の有無にかかわらず、急に走り出す、幻覚等の異常行動がみられることがあります。事故を予防するため、少なくとも2日間はお子さんをひとりにしないでください。またそのような異常行動がみられたときは早めに受診してください。

『予防』

毎年インフルエンザの予防接種を受けることが望ましいです。予防接種をしても発症することはありますが、重症化することを防ぐ効果はあります。飛沫感染を防ぐためマスクを着用し、手指を介した接触感染の予防のために帰宅時はせっけんを使って丁寧に手洗いを行いましょう。また、インフルエンザウイルスは湿気に弱いので、室内の湿度を 50～60%に保つこともこころがけるとよいでしょう。



