保健のページ

【インフルエンザに気を付けましょう】

すでにニュースなどでご存じの方も多いかもしれませんが、今冬、インフルエンザが流行するかもしれないと言われています。
過去 2 年ほど大きな流行がみられていませんので、改めてインフルエンザについて確認しておきましょう。

流行時期 ： 冬～春先にかけて
症状 ： 発熱・悪寒・頭痛・筋肉痛・関節痛・咳・咽頭痛・鼻水 など
潜伏期間 ： 1～2 日程度
合併症 ： 中耳炎・肺炎・インフルエンザ脳症

診断は迅速診断キットで行いますが、必ずしも検査をしなくてもインフルエンザの診断となることもあります。
治療方法としては、安静にし、解熱鎮痛薬を利用することもあります。発症 48 時間以内に、ノイラミニダーゼ阻害薬を投与することで発熱の期間を短縮することが出来ます。

インフルエンザは急激に症状が出現することも特徴の一つですが、風邪と鑑別することは難しいため、かかりつけ医の受診をするようにしましょう。

インフルエンザは学校感染症に指定されていますので、園児の場合は
発症から 5 日経過し、かつ解熱後 3 日を経過するまで出席停止となります。
インフルエンザと診断された場合には、園までお知らせください。
いつも感染症拡大防止にご協力いただき、ありがとうございます。

【出席停止期間の数え方を確認しましょう】

	発症 0 日目	発症 1 日目	発症 2 日目	発症 3 日目	発症 4 日目	発症 5 日目	発症 6 日目	発症 7 日目
発症後 1 日目に解熱	発熱 	**解熱** 	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	解熱後 3 日目		**登園可**	
発症後 3 日目に解熱	発熱 	発熱 	発熱 	**解熱** 	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	解熱後 3 日目	**登園可**

ポイントは、発症日が 0 日目になることと、解熱の翌日が解熱後 1 日目になることです。
ご不明な点がありましたら、かかりつけ医や園の職員までお尋ねください。

看護師より