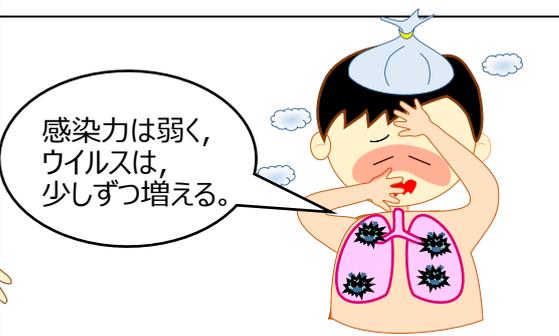


インフルエンザ

インフルエンザをふつうのかぜとっていませんか？

インフルエンザは、ふつうのかぜと同じだと思いませんか？インフルエンザウイルスは、かぜよりも症状が重く、気管支炎や肺炎を起こすこともある怖い病気です。また、短い期間で大流行するので注意が必要です。

インフルエンザウイルスは、A・B・C型に大きく分類され、大きな流行の原因となるのはA型B型です。A型とB型の中にもそれぞれ違う型があり、その年によって流行する型が違います。そのため前の年にかかったからといって、今年かからないというわけではありません。

| | インフルエンザ | かぜ |
|-------|---|---|
| ウイルス | インフルエンザウイルス | アデノウイルスやコロナウイルス |
| 感染力 |  <p>感染力が強くウイルスが気管の粘膜で増える。</p> |  <p>感染力は弱く、ウイルスは、少しずつ増える。</p> |
| おもな症状 | <ul style="list-style-type: none"> ・38℃～40℃の熱が3～5日間続く。 ・頭痛・関節痛・筋肉痛など全身の症状が突然現れる。 ・のどの痛み・鼻水・咳なども見られる。 ・子どもはまれに、急性脳炎を合併することがある。 | <ul style="list-style-type: none"> ・高い熱が出ることもあるが、インフルエンザほど高くない。 ・のどの痛み・鼻水・くしゃみ・咳などの症状が中心で全身症状はあまり見られない。 ・発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりない。 |
| 流行 | <ul style="list-style-type: none"> ・短い期間にたくさんの人にうつる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・季節はほとんど関係なく、大流行することはまれ。 |

感染拡大防止



インフルエンザの予防

1) ワクチンの接種

◎発症を抑える効果

一定程度認められている。最大の効果は、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化を予防

◎効果の発揮

接種してから約2週間を要し、5ヶ月程度効果が期待できる。

◎注意

ワクチンの材料である卵に対してアレルギーのある人や急性の病気にかかっている人、発熱している人は予防接種ができない場合があるので医師に相談しましょう



2) 外出後のうがい・手洗い

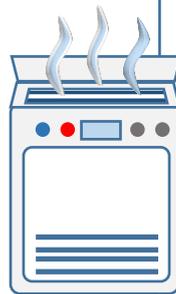


ガラガラ～



3) 適度な湿度を保つ

特に乾燥しやすい室内では、加湿機などを使って、適切な湿度（50～60％）を保つことも効果的です。



4) 十分な休養とバランスの取れた栄養



5) 人ゴミや繁華街への外出を控える

やむを得ず外出して、人混みに入る場合にマスクを着用することは、一つの防御策と考えられます。ただし、人混みに入る時間は、極力短時間にしましょう。

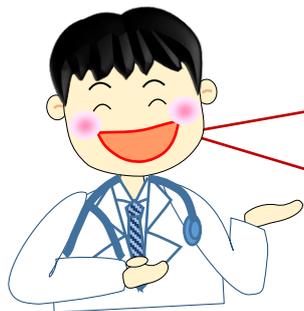


ちょっと一言

登園できるのは、熱が出て5日以上たってからです。熱が長引いた場合、熱が下がってから3日経ったら登園できます。すぐに熱が下がっても熱が出てから5日間は登園できません。

登園する場合は医師の登園許可書が必要です。

ただし救急センターではもらえませんので注意してください。



ほけんだよりは、くれ子育てねっとの子育て支援サービスでもご覧になることができます。

URL <http://www.kure-kosodate.com/>