

インフルエンザ大流行中! 予防するには?

インフルエンザはどうやってうつるの?

- 感染経路…患者の咳やくしゃみによる飛沫を吸い込む飛沫感染(会話や咳、くしゃみで感染すること)
- 潜伏期間…1~2日

こんな症状はインフルエンザかも?!

複数該当した場合は受診を!

- 38度を超える急激な発熱 (B型だと37度前後でもインフルエンザと診断されるケースも!)
- 強い倦怠感
- 寒気
- 頭痛
- 鼻汁、咳、鼻づまり、咽頭痛などの呼吸器症状
- 腹痛、嘔吐、下痢などの消化器症状
- 関節痛、筋肉痛、腰痛



家族や友人など身近な人が発症したあと、自分の体調が悪化した場合は要注意!!
受診する際には、周囲に発症した人がいることを伝えてください。

インフルエンザの検査ってどんなことをするの?

インフルエンザの診断は「迅速診断キット」と呼ばれる検査器具を使用して、鼻からの拭い液(検体)をとって、インフルエンザウイルスがいるかどうかを調べる方法が一般的です。

この検査では、10分以内で結果を得られます。ただし、発症直後の12時間以内の場合は、体内のウイルス量が少なく、陰性と判定されることもあります。その場合は、周囲のインフルエンザの流行状況をふまえて、翌日に再検査をして確認することもあります。

インフルエンザになってしまったら?

出席停止という扱いになるので、学校を休んだ期間は欠席になりません。かかった場合は重症化を防ぐため、また他の人にうつさないために登校することができない期間が決まっています。

インフルエンザの出席停止期間→発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで

※発症した日を0日と数え、次の日を1日と数えます。

例: 1日に発症した場合は6日までは出席停止、7日から登校可能という計算になります。

★発症から48時間以内に適切な抗インフルエンザ薬を服用すると、早期に回復が見込まれます

早わかり インフルエンザの出席停止期間

インフルエンザと診断された場合の出席停止期間は、法律で次のように定められています。

発症後、最低5日間+解熱後2日は登校不可							
発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
		解熱後1日目	解熱後2日目		発症後5日以内	登校可能	
			解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日以内	登校可能	
				解熱後1日目	解熱後2日目	登校可能	
					解熱後1日目	解熱後2日目	登校可能

インフルエンザを予防するには?

- 人混みを避け、外出後は手洗い・うがい
- 栄養・休息を十分にとって抵抗力を高める
- 適度な温度・湿度を保つ
- マスクの着用
- こまめに換気をする
- ワクチンの接種

