

インフルエンザ講座～準備編～

冬を感じさせる寒い日が増えてきました。インフルエンザの対策準備はできていますか？

まだの人は今すぐ取りかかろう！すでに準備しているという人は確認を！

“準備編”では、インフルエンザに関する超基礎知識をお伝えします。

① インフルエンザとは？

インフルエンザウイルスを病原とする気道感染症

② 特徴的な症状は？

38.0℃以上の発熱、関節痛、筋肉痛、頭痛などの全身症状

③ 風邪との大きな違いは？

重症化しやすく、合併症を起こす危険性が高い

④ 基本的な予防法は？

インフルエンザワクチンの接種 と 手洗い

☆ワクチンの予防効果が期待できるのは、接種した2週間から5カ月程度（1シーズン）です。

★流行が拡大する前、12月中旬までには接種を済ませましょう。



★手洗いは、手指など体に付着したインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法です。



⑤ 治療法は？

発症から48時間以内に、抗インフルエンザウイルス薬を服用する

☆②の症状がみられた場合には、早めに医療機関を受診しましょう。抗インフルエンザウイルス薬は医師の処方が必要です。

★抗インフルエンザウイルス薬の服用を適切な時期（発症から48時間以内）に開始すると、発熱期間は通常1～2日間短縮され、ウイルス排出量も減少します。なお、症状が出てから2日（48時間）以降に服用を開始した場合、十分な効果は期待できません。



要受診



2012.4 基準が変更になりました！

⑥ かかった時、授業や仕事はどうする？

学校保健安全法施行規則により、発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまでは出校停止

☆出校停止とする理由は、学内での流行を防ぐためです。自分は大丈夫だからと大学に出てくると、周囲に感染を広げることになります。

★インフルエンザに限らず、学校保健安全法施行規則の「学校において予防すべき感染症」に定められた感染症にかかった時は、保健管理室へ報告してください（この場合に限り、電話での報告を受け付けます）。



安静に。

他の人にうつさないことも大切！

【引用・参考文献】 ・厚生労働省 HP | 平成23年度 今冬のインフルエンザ総合対策

: <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/influenza/index.html>

・きょうの健康 2008年12月号/2009年9月号, 日本放送出版協会

2012.11 保健管理室