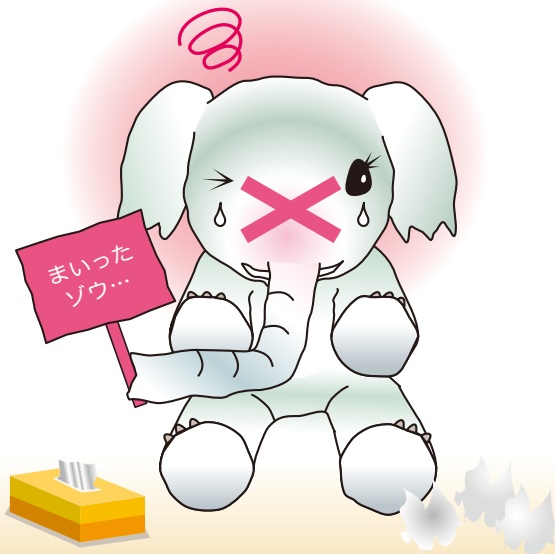


今年の冬も

インフルエンザに
気をつけよう!



これってまさか

風邪もインフルエンザもウイルスによる感染症ですが感染力の強さ・症状などに違いがあります。

インフルエンザは、普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られますが、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。

なぜ？



インフルエンザ？

症状	インフルエンザ	風邪
のどの痛み	ある	ある
鼻汁	ある	ある
咳	ある	ある
発熱	38℃以上	少しある
頭痛・関節痛・ 筋肉痛など	ある	少しある

インフルエンザ？

毎年流行るインフルエンザ

現在、A/H1N1亜型とA/H3N2亜型、B型の3種類が世界中で流行しています。日本でも例年11月～4月に流行します。ウイルスは年々変化しているため、以前に感染した人もまた感染してしまい、大きな変化があれば大流行し、症状も重くなります。

インフルエンザの予防

インフルエンザを予防する方法として
以下のような対策があります。

外出後の手洗い・
うがいをしよう。



湿度は60%前後
を保とう。



栄養摂取と十分
な休養を。



外出時はマスク
の着用を。



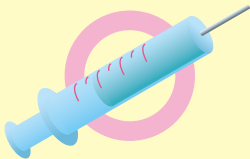
効果的な? インフルエンザワクチン

インフルエンザの感染や発症を完全に防ぐことはできませんが、ウイルスによる重篤な合併症や死亡を予防し、被害を最小限にとどめることが期待できます。

ワクチンは効果が現れるまでに通常約2週間程度かかり、約5ヵ月間その効果が持続するとされています。

12月上旬までには摂取を済まされることをお勧めします。

ワクチン摂取で
予防しよう!



インフルエンザは
検査でわかるよ。



インフルエンザの検査

インフルエンザの検査は簡単な検査です。

インフルエンザの検査は、検査の材料を鼻の中から綿棒でぬぐい取るだけで簡単に行うことが可能です。

検査の時期は熱が出て12～48時間がベストです。
(発熱の出現直後は陰性になることがあります)

検査の結果も10～20分くらいで分かります。

インフルエンザの流行時は、38℃以上の発熱があったら、早めに病院や医院を受診しましょう。

インフルエンザ感染の診断は検査結果および臨床症状を考慮して医師が総合的に判断します。

インフルエンザの治療薬



治療薬としては、抗インフルエンザウイルス薬があります。適切な時期(発症後48時間以内)から服用を開始すると、発熱期間は通常1～2日間短縮されます。ただしその効果は症状が出はじめてからの時間や症状により異なります。また使用する・しないは医師の判断になりますので、医師にご相談下さい。





インフルエンザにかかったら

- ☑ まずは病院や医院を受診しましょう。
- ☑ 安静にして休養を取りましょう。
- ☑ 睡眠を十分に取しましょう。
- ☑ お茶、ジュース、スープなど
飲みたいもので結構ですので
十分に水分を取るようにしましょう。

出席停止等の法的な基準が設けられています。

インフルエンザは学校保健安全法によって
管理を受ける学校伝染病のひとつです。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後
2日(幼児にあっては、3日)を経過するま
で出席停止が求められています。





病院・医院名

監 修

岡山大学病院 感染症内科

教授 草野 展周

製 作

株式会社 ミズホメディー

協和メデックス 株式会社