健康新聞

インフルエン



インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染すること によって起こる感染症です。一般的な風邪に比べると重症化し やすく、日本では毎年12月~3月に流行することが多いです。

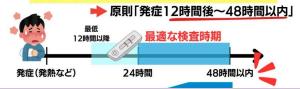
インフルエンザウイルスに感染した場合、約1~3日の潜伏期間 の後、インフルエンザを発症します。



インフルエンザの診断

インフルエンザの判断には、発熱・頭痛・倦怠感など の突然の強い全身症状と、医療機関での「迅速抗原検出 キット」による検査が必要です。検査を受けるなら、発 症から12時間~48時間以内が望ましいです。症状が出始 めてすぐの検査ではウイルス量が少なく、インフルエン ザでも陰性(偽陰性)となることがあるため、特に症状 が乏しい場合は注意が必要です。

インフルエンザはいつ検査すべき?



インフルエンザの治療

インフルエンザの主な治療法は、抗インフルエンザウイルス 薬の使用です。抗インフルエンザウイルス薬は、インフルエン ザ発症から48時間以内に使用すると、ウイルスの増殖を抑え て、発熱などの症状が消えるのを早めたり、体外に排出される ウイルスの量を減らすなどの効果があります。

それ以外には、症状を和らげる治療として高熱には解熱剤、咳 には鎮咳薬(せきどめ)、たんがひどい場合は去痰薬(たんを 切れやすくする)などが使われることがあります。

名称	タミフル	ゾフルーザ	イナビル	リレンザ	
製品写真	2 1 1 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	グソフルーヤ 第10 mg ② ソフルーヤ 第10 mg ② 10-1 10-1	TELUMENTO		
投与方法	,	ARG .	吸入		
投与回数	1日2回5日間	100	終了	1日2回5日間	

いつまで休めば良いの?

学校保健安全法において「発症後5日を経過し、かつ、解熱後2 日(幼児にあっては3日)経過」までが出席停止期間と定めら れています。

社会人の場合は法的に明確な基準はありませんが、上記法律 に準じて同様の期間を目安に二次感染防止のために自宅療養と する会社が多いです。

小学生中学生	発症日	発症後5日間(出席停止期間)					発症後5日を経過	
	0 8 8	188	2 8 8	388	4 ==	5 ⊞	6 в в	788
発熱後 1日目 に解熱	発熱 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	解熱 ※ 出傳	1日目	2日目 ◆	米 出席止	米 出停止	登校可	
発熱後 3日目 に解熱	発熱 (本主) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (a) (a) (a) (a) (a) (a) (a) (a	発熱 (本: *: **) 出停止	発熱 公本主 出停止	解熱 出停止	1日日 ★ 出席止	2日目 ◆ 出席止	登校可	

インフルエンザ予防法

インフルエンザの予防策には、流行前のワクチン接種、頻繁な 手洗い、マスク着用、咳エチケットの実践、部屋の換気と湿度 調整、バランスの取れた栄養摂取と十分な休養、そして人混み への外出を控えることが含まれます。

インフルエンザワクチン接種

インフルエンザワクチンの効果は約2週間後に現れ始 め、ピークに達した後、約5ヶ月間持続するとされてい ます。ただし、免疫力は接種後1ヶ月前後でピークを迎 え、徐々に低下していくため、流行のピーク時期に効果 が最大限発揮されるよう、例年10月から12月中旬にかけ て接種することが推奨されます

ちなみに、最近は鼻へ噴霧するワクチンもあります。

【〇 フルミスト点鼻液はこんなワクチンです

- 日本初となる、鼻へ噴霧するタイプの インフルエンザワクチンです。
- 鼻へ噴霧するため、針を刺す必要がありません。
- 2~18歳の方が対象です。
- フルミスト点鼻液のワクチン接種は、1回分で完了です。 (左右それぞれの鼻へワクチンを噴霧すれば、終わりです)
- フルミスト点鼻液を接種された方は、 積極的に吸入(鼻ですする)する必要はありません。
- ワクチン接種後に、鼻水、鼻づまり、せき、のどの痛み、頭痛などの 副反応が現れることがあります。まれに、ショックや アナフィラキシーなどの重大な副反応が現れることもあります。





△:(火)(検査・ワクチン等)内科予約診 □:(水 隔週)特別予約診(整形)

休診日

10月1日 15日 29日 11月 12日 26日 12月 10日 24日