



こあら通信

小栗小児科医院 2018年1月 137号
〒933-0014 富山県高岡市野村869
Tel: 0766-23-2229
URL: <http://oguri-shounika.com>

インフルエンザ



インフルエンザは普通の風邪とは異なり、原因となるウィルスが違う病気です。38度以上の発熱頭痛、関節痛、筋肉痛の症状が突然現れる特徴があります。ウィルスは口や鼻から体内に入り増殖します。数日の潜伏期間を経て発熱やのどの痛みなどのインフルエンザの症状が出てきます。この状態を発症といい、通常1週間程度で回復しますが、小さい子ども、高齢者は肺炎や脳症など重症化することがあります。発症したかな?と思ったら病院を受診しましょう。診断されたらきちんと薬を服用し、水分をとり、安静に過ごしてください。

家庭で気をつけること

- ①休む：家で寝ているのが一番大切です
- ②保温：寒くない程度の暖房 熱すぎない程度の調節をしましょう
- ③食事：消化のよいものを与えます。水分はこまめにとるように心掛けてください
- ④入浴：熱が下がっているときに短時間で入り、お風呂でさっぱりさせるのは構いません

元気がなくなった、何度も吐く、咳がひどい などいつもと違うぞと思ったら早目に受診してください



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

・登校 外出について

学校保健安全法施行規則より

熱が下がった後は最低2日間（幼児は3日間）かつ、インフルエンザ発症後からは5日間は自宅で療養しましょう

なぜ出席停止期間が決められているの?

熱が下がって、元気になっても しばらくはインフルエンザウィルスが残っています。感染力が非常に強いため外出はしないでください。他の人に感染させる可能性があります。登園登校をひかえることでインフルエンザの蔓延を防ぐことを心がけましょう。熱が下がったと思っても再度発熱することも多いので注意が必要です。自宅療養が終了したら登園、登校するには許可証が必要になります。再度受診してください。

休診のお知らせ

25日(木)AM 14:00~15:30

