

インフルエンザを予防しましょう！！



インフルエンザとは・・・

インフルエンザウイルスは普通の風邪とは違う感染症です。インフルエンザウイルスがのどや気管支、肺で感染・増殖することによって発症する病気です。また、合併症を併発し重症化することもあります。

インフルエンザの症状は？

38℃以上の急な発熱、頭痛、関節痛及び筋肉痛などの全身症状が特徴で、のどの痛みや鼻汁、咳、痰などの症状を伴います。腹痛、嘔吐、下痢といった胃腸症状を伴う場合もあります。中耳炎、気管支炎、肺炎、さらに小さなお子さんはインフルエンザ脳症などの合併症を伴うこともあるとても怖いウイルスです。

インフルエンザの予防策

- ・流行前のワクチン予防接種
- ・うがい、手洗い
- ・人ごみは避ける
- ・マスクの着用
- ・栄養、休養を十分にとる
- ・室内の湿度を適度（50～60％）に保つ

インフルエンザにかかったら

- ・風邪だと考えず、早めに医療機関で受診
- ・安静にして休養をとる
- ・医師から処方された薬の服用
- ・十分な水分補給
- ・外出を控える
- ・周りの方につまみつかないよう、マスクの着用

