

unlimited ~無限大~

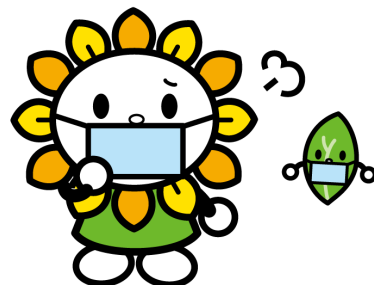
1 年 B 組 学級通信 NO.94

インフルエンザ対策

現在、このクラスの 2 名がインフルエンザで欠席しており、活動が停止になっている部活もあります。インフルエンザと風邪は、のどの痛みやせきなどよく似た症状がありますが、風邪とインフルエンザは、症状も流行の時期も違うそうです。その違いは以下の表のようです。

	インフルエンザ	風邪
症状	• 38 度以上の発熱	• 発熱
	• 全身症状（頭痛、関節痛、筋肉痛など）	• 局所症状（のどの痛み、鼻水、くしゃみ、せきなど）
	• 局所症状（のどの痛み、鼻水、くしゃみ、せきなど）	
	• 急激に発症	• 比較的ゆっくり発症
流行の時期	1 月～2 月がピーク 4 月、5 月まで散発的に続くことも	年間を通じて。特に季節の変わり目や疲れているときなど

インフルエンザは、インフルエンザウイルスが体内に入り込むことによって起こります。インフルエンザのウイルスには A 型、B 型、C 型と呼ばれる 3 つの型があり、その年によって流行するウイルスが違います。これらのウイルスうち、A 型と B 型の感染力はとても強く、日本では毎年約 1 千万人、およそ 10 人に 1 人が感染しています。インフルエンザにかかっても、軽症で回復する人もいますが、中には、肺炎や脳症などを併発して重症化してしまう人もいます。



感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」があります。

飛沫感染・・・感染者のくしゃみやせきなどと一緒にウイルスが放出 他の人が、そのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染すること。

接触感染・・・感染者がくしゃみやせきを手で押さえる その手で周りの物に触れてウイルスが付く 他の人がその物に触って手にウイルスが付着 その手で口や鼻を触って感染

インフルエンザから身を守るために予防しよう。

正しい手洗い ふだんの健康管理 マスクをつける 予防接種を受ける
適度な湿度を保つ 人混みや繁華街への外出を控える

「インフルエンザかな？」と思ったら、早めに医療機関へ行きましょう。

もし、急に 38 度以上の熱が出る、咳やのどの痛み、全身の倦怠感を伴うなどインフルエンザが疑われる症状が出た場合には、早めに医療機関（内科や小児科）を受診してください。頑張って学校に行こうという気持ちは大切ですが、健康第一です。