



# インフルエンザ警報発令



## みんなで予防 インフルエンザ

愛知県では平成30年第51週（12月17～12月23日まで）における管内の一定点医療機関当たりのインフルエンザ患者の報告数が、国立感染症研究所が定める警報の指標である「30」を上回る地域があったことから、インフルエンザ警報を発令しました。

ウイルスサーベイランスの結果によれば、今シーズンは、A型（AH1pdm09）が確認されています。

（一定点医療機関当たりの報告数：定点医療機関からの1週間の総報告数÷定点医療機関数）

### ☆症状

感染を受けてから、1～3日間ほどの潜伏期間の後に、**突然**の38度以上の**発熱**や**頭痛**、**全身の倦怠感**、**関節痛**、**筋肉痛**などが現れ、咳や鼻水などの症状がこれに続き、一週間ほどで軽快するのが典型的な経過で、いわゆる「かぜ」に比べて**全身症状が強いのが特徴**です。

### ☆予防・治療について

- 人混みへの外出はできるだけ避け、帰宅時には**石けんで手洗い**をしましょう。  
（ドアノブの取っ手や手すりなどにはウイルスがたくさんついています）
- 十分な睡眠**、**栄養**、**保温**に心がけ、体調を整えましょう。
- 空気が乾燥するとインフルエンザにかかりやすくなるので、室内では加湿器等で**適度な湿度（50%程度）**を保つようにしましょう。  
（マスクやうがい、こまめな水分補給をすることも、喉の乾燥を防ぐのに役立ちます）
- 咳などの症状がある場合は、**マスクを着用**するなどの「**咳エチケット**」を心がけましょう。
- おかしいなと感じた時は早めに医師の診察を受け、安静に保つことにより、肺炎などの合併症を防ぐよう心がけましょう。特に基礎疾患（糖尿病、喘息等）のある人は、重症化するおそれがあるので気をつけましょう。



疑いがある場合には早めに医師の診察を受けましょう。インフルエンザと診断されたら出席停止です。治療証明書の提出をお願いします。H31.1.7 現在、丹羽高校の出席停止者は1年生2名、2年生5名、3年生2名です。



ノロウイルスなどの感染性胃腸炎も流行しています。予防には、うがい、手洗い、消毒（次亜塩素酸）が有効です。

☆手洗い場には手洗い石けん、各教室には手指消毒液が設置してあります。みなさん一人一人が感染しないように自覚をして、予防をしてくださいね☆