



今年もとうとうやってきました!

## インフルエンザ



### 今年のインフルエンザワクチン

これまでのインフルエンザワクチンはA型2種類とB型1種類が含まれた3価のワクチンでした。しかし、近年のインフルエンザB型は2種類のウイルスが混合して流行しているため、日本においても今年から4価インフルエンザワクチンになりました。抗体は約2週間でつき、免疫は5~6か月持続します。

### 主な症状

1~3日の潜伏期の後、38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛などの全身症状が突然現れます。下痢や嘔吐などの消化器症状やのどの痛み・鼻汁・咳などの呼吸器症状を伴うことが多いです。時に、熱性けいれんや高熱に伴う熱せん妄、異常行動もあり注意が必要です。



### 診断方法

鼻汁の中にインフルエンザウイルスがいるかどうか、綿棒で鼻汁をとって調べます。10分程度で結果が出ますが、発症直後に検査した場合などはウイルスの量が少ないため、感染していても陰性になることがありますので、**発症後12~24時間経過**してからの受診をお勧めします。

### 治療薬

- ・内服…タミフル、麻黄湯（漢方薬）
- ・吸入…イナビル→1回吸入で終了  
リレンザ→1日2回吸入 5日間
- ・点滴…ラピアクター1回  
(解熱しないときは翌日も)



※診断後に医師と相談して決定します。  
※解熱剤はアトアミノン(アトバ)や加ナール)を使用しましょう。  
**発症後48時間以上経過**してしまうと、ウイルスの増殖により薬の効果が十分に得られないと言われていますので、発症後48時間以内には受診し、治療を受けましょう。  
自然経過では、1週間程度症状が持続します。

### 登校・登園について

出席停止期間は、「**発症した後5日間を経過し、かつ解熱後2日間(幼児は3日間)を経過するまで**」と言われています。  
インフルエンザ陽性の診断を受けた方には説明用紙をお渡ししていますので参照ください。  
幼稚園・保育園など登園許可証が必要な場合は用紙を持ってきていただければ記入しますので、通っている園に確認してください。

### 感染予防

インフルエンザを発症する前日から発症後3~7日程度は感染力があると言われています。インフルエンザに感染した人の咳やくしゃみなどからうつります。  
うつらないためには、人込みを避け外出時にはマスクを着用し帰ってきたらうがい・手洗いをしましょう。  
栄養と休息を十分にとることで室内の加湿と換気も大切です。



## 今月の絵本



まどから☆おくりもの 五味 太郎

12月といえばクリスマス☆街もいるミネーションやツリーでクリスマスモードですね!  
みんなのおうちには、まどからプレゼントがくるかな? ベッドの横にくつ下を置くのを忘れないでね♥  
サンタさんが来てくれますように…



## おしらせ

今年も残すところあとわずかとなりました。今年1年ありがとうございました。また来年もよろしくお願いいたします。  
インフルエンザワクチンがお済みでない方は、今月中に済ませましょう。

### ★今月の川柳大賞★

ほいくえん つくなりすぐに ばばバイバイ

次回のテーマは「**胃腸炎Q&A**」の予定です。

☆☆おたのしみに☆☆

