



あっという間に今年も残すところわずかとなりました。この時期に気になる話題と言えば・・・今回はインフルエンザのお話です。

発行:そらいろこどもクリニック

## 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

綿棒で鼻汁をとってインフルエンザウイルスがいるかどうか調べます。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。

**発症後12～24時間経過**してからの受診をお勧めします。

## 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。



# インフルエンザ

## 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



10歳未満は1回2吸入  
10歳以上は1回4吸入

・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投与する場合あり）

- ・診断後に医師と相談して決定します。
- ・薬を使用開始後に他の種類の抗インフルエンザ薬に切り替えることは保険の関係上認められていません。
- ・解熱剤はアセトミノフェン（アボルブ やカロナール）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しますので、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。

## 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。インフルエンザ患者の咳・くしゃみなどとともウイルスが小さな飛沫（しぶき）となって空気中に飛び散りうつります。（飛沫はおよそ2m飛ぶと言われています。）



うつらないためには、人混みを避け、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り、室内の加湿と換気も大切です。



## インフルエンザワクチンについて

インフルエンザワクチンは、インフルエンザウイルスの感染やインフルエンザの発症そのものを完全に防ぐことはできません。重症化や合併症の発生を予防する効果は証明されており、重症化予防を目的とするワクチンです。

副反応は主に「局所の発赤、腫れ、痛みなど」です。全身反応として、発熱、悪寒、疼痛、倦怠感、嘔吐・嘔気、下痢、食欲減退、関節痛、筋肉痛などがありますが、通常2-3日中に消失します。

## 今月の絵本

さむがりやのサンタ

レイモンド・ブリッグズ さく・え  
すがはら ひろくに やく



雪や寒さに愚痴を言い、少し面倒くさそうにクリスマスの仕事をするサンタさん。仕事の後はお風呂に入り、おいしいごちそうにビールで至福のひと時。飼い犬・猫、そしてトナカイに優しくご飯やプレゼントをあげる優しい一面もあり…。そんな人間味にあふれるサンタさんのお話が、まるでマンガのようなコマ使いで描かれている作品です。

## お知らせ

インフルエンザワクチンが不足しており、ご迷惑をおかけしております。まだ接種していないお子様が多数いるため、1月中もワクチンの接種を行います。引き続き、かかりつけのお子様限定させていただきますが、お済みでない方はご予約お願いいたします。

次回もおたのしみに～



**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。**