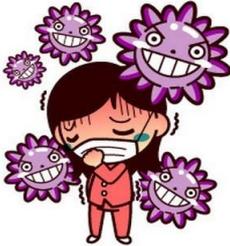


インフルエンザ、ノロウイルスにご用心！

インフルエンザに気を付けよう！！

インフルエンザと普通の風邪はどう違う？

	風邪	インフルエンザ	
			
		インフルエンザかも…と思ったら、早めに医療機関へ相談し、受診しましょう	
		A型	B型
発病	比較的ゆっくり	急激	急激
症状	<ul style="list-style-type: none"> ・ 通常37～38℃の熱 ・ 喉の痛み・咳・鼻水・鼻づまり・くしゃみなどの症状が徐々に出現 ・ 悪寒は無い、もしくは軽度 ・ 体の痛みは無い、もしくは軽度 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 38℃以上の高熱 ・ 強い悪寒 ・ 強い倦怠感 ・ 関節痛・筋肉痛などの体の痛み ・ 上記に遅れて、喉の痛み・咳・鼻水などの症状が強く出る 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 37～38℃の発熱(A型のように高熱が出ないことがある) ・ 悪寒、倦怠感、関節痛などの体の痛み ・ 下痢、吐き気などの症状が強く出やすい

インフルエンザと診断されたら？

インフルエンザ発症前日から発症後 3～7 日間は鼻や喉からウイルスを排出するといわれています。そのため、ウイルスを排出している間は、外出を控える必要があります。熱が下がった後も、咳やくしゃみ等の症状が続いている場合には、不織布製マスクを着用する等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。

現在、学校保健安全法では「発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱した後 2 日を経過するまで」をインフルエンザによる出席停止期間としています（ただし、病状により医師において感染のおそれがないと認めるときは、この限りではありません）。

※授業は「やむを得ない事由による欠席」扱いとなるため、学生手帳 P.3 を参照し必要な手続きをしてください。

ノロウイルスに気を付けよう！！

ノロウイルス感染症は年間を通して発生しますが、特に 11～2 月の冬場に多く発生します。

ノロウイルスは感染力がとても強く、少量のウイルス(10～100 個)でも感染・発症します。

また、一度かかっても何度もかかります。

食品はしっかり火を通して調理し、トイレ後や食事前の手洗いをしっかりしましょう。

ノロウイルス



ノロウイルスってどんな症状？

- ・ 急な嘔吐や吐き気、腹痛、下痢
- ・ 下痢はひどい場合は 1 日に 10 数回起きることがある
- ・ 発熱は軽度
- ・ 発症した後、通常は 1～2 日程度で症状がおさまる



- ・ 潜伏期間は 12～48 時間
- ・ 体に入った後、小腸で増殖
- ・ 感染者の嘔吐物・便にも大量に存在し感染源になる

ノロウイルスと診断されたら？

このウイルスに効果がある薬はありません。脱水症状を起こしたり、体力を消耗したりしないように、水分と栄養の補給を充分に行いましょう。脱水症状がひどい場合には病院で輸液を行うなどの治療が必要になることもあります。ノロウイルスは乾燥すると容易に空中に漂い、これが口に入って感染することがあるので、嘔吐物・便は乾かないうちにペーパータオル等をかぶせ、静かに拭き取ります。拭き取った後は、次亜塩素酸ナトリウムで浸すように拭き取り、その後水拭きをしましょう。

※授業は「やむを得ない事由による欠席」扱いとなるため、学生手帳 P.2～3 を参照し必要な手続きをしてください。