

保護者各位

香川県立高松南高等学校

インフルエンザの予防について

インフルエンザが流行する季節となりました。下記を参考に、ご家庭でも予防に留意していただきたいと思います。

記

1 インフルエンザとは

インフルエンザウイルスによる急性上気道感染症です。

(1) インフルエンザの症状

インフルエンザは、上気道炎症状の他、38℃以上の高熱、全身倦怠感、頭痛、筋肉痛を伴うことを特徴とします。気管支炎、肺炎、小児では中耳炎、熱性けいれんなどを併発することもあります。

(2) インフルエンザと普通のかぜの違い

普通のかぜの症状は、のどの痛み、鼻汁、くしゃみやせきなどが中心で、全身症状はあまりみられません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはほとんどありません。

インフルエンザは、基本的に流行性疾患で、一旦流行が始まると、短期間に乳幼児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込むという点でも、普通のかぜとは異なります。また、喘息、心疾患、腎疾患、糖尿病等の基礎疾患のある人や、乳幼児、高齢者、妊婦では時に重症化するおそれがあります。

2 インフルエンザは、どのようにして感染するのか？

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人のせき、くしゃみ、つばなどの飛沫と共に出了たウイルスを、鼻腔や気管などの気道から吸入することによって感染します。

3 インフルエンザの予防について

(1) インフルエンザが流行している時は、どのような注意をすれば良いか。

- ・人混みや繁華街への外出を控えましょう。
- ・のどの粘膜の防御機能を低下させないように、外出時にはマスクを利用したり、室内では加湿器などを使って適度な湿度（50～60％）を保ちましょう。
- ・十分な休養とバランスの良い栄養をとり、体力や免疫力を高めましょう。
- ・帰宅時はうがい、手洗いをしましょう。

健康面に十分注意していただき、登校前の健康観察をよろしくお願いします。

(2) 予防接種について

インフルエンザに対するワクチンは、個人差はありますが、その効果が現れるまでに通常約2週間程度かかります。したがって予防接種は、流行シーズンの前に受けておく必要があります。現在のインフルエンザワクチンは、接種すれば必ず予防できるというものにはなっていませんが、流行前にワクチン接種を受けることで、インフルエンザの重症化やインフルエンザによる合併症の発生などを最小限にとどめることが期待できます。

4 インフルエンザにかかった場合

単なるかぜだと軽く考えずに、早めに医師の治療を受けましょう。安静にして休養をとることや、水分補給も大切です。

なお、インフルエンザは学校において予防すべき感染症であることから、学校保健安全法の定めるところにより、校長は生徒に出席を停止させることができることになっています。手続きについては、担任まで申し出いただければ「感染症による欠席届」の用紙（ホームページから印刷することも可能です。）をお渡ししますので、記入していただき保健室までご提出ください。