

ほけんだより

インフルエンザの特徴

☆感染力…発症(発熱)する1日前から、発症後5～7日ごろまでまわりの人にうつす可能性がある。

特に、発症してから最初の3日間ほどが最も感染力が強い。

☆潜伏期間(せんぷくきかん) (ウイルスが体内に入ってから症状が出るまでの期間)

…1～2日。4～5日後に症状が出る場合もある。

☆主な症状…38℃をこえる高熱、寒気(さむけ)・ふるえ、倦怠感(けんたいかん)(だるい)、頭痛、関節痛・筋肉痛、のどの痛み、咳(出ない場合もある)、鼻水、くしゃみ

※ インフルエンザB型は、胃腸炎の症状(気持ちが悪い、腹痛など症状)が出る人が多いと言われている。高熱にはならないこともあるので、かぜだと思って放置しないよう注意する。

☆検査…発熱直後は正しい検査結果がでないことがある。

*症状が出て3日目以降にはインフルエンザウイルスが体内で減り始めるので、発症後48時間までに検査を受けないと、確実な診断ができないことがある。(受診するときは、あらかじめ、かかりつけの医療機関に電話をして、受診時間等の指示を受けるとよい。)

看病のポイント

消化が良く、栄養がある物を食べさせてください。水分補給が大切です。

自分自身でもまめに水分補給ができるようにしてください。

☆ 患者も看護をする人もマスクをする。

☆ できるだけ患者は別室がよい。

(小さな子どもは免疫力がないので近づけない。)



☆ 袖付きの専用エプロンを付け、部屋の入り口で脱ぎ着することが望ましい。

☆ 定期的に部屋の換気をし、加湿する。

☆ 鼻水(たん)や痰が付いたティッシュは、素手(すて)で触らず、ビニール袋に入れて捨てる。

☆ 看護をしたら、必ず石けんで手を洗い、うがいをする。

☆ 患者が使用したタオルは共用しない。

☆ 目を離さない。呼吸の異常、意識障害、けいれんなどの症状が出たら、直ちに受診させる。