



インフルエンザにプール熱・・・様々な感染症が増加中！

今年9月ごろから、インフルエンザ、プール熱、溶連菌、ヒトメタニューモウイルスなど様々な感染症の発生が増加しています。予防法やかかってしまったときの対応を確認しておきましょう。

インフルエンザ

症状

38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などが急速に現れる。子どもはまれに急性脳症になったり、高齢者は肺炎になったりと重症化することもある。

予防法

- ・ワクチンは発病率や重症化率を低下させる効果があるため、流行前に接種しておく。
- ・人混みや繁華街を避け、マスクをする。
- ・外出後は手洗いをする。
- ・湿度を50～60%に保つ。
- ・十分な休養とバランスのとれた食事。

出席停止期間

発症後5日を経過し、かつ解熱後2日(幼児は3日)を経過するまで。

プール熱（咽頭結膜熱）

症状

発熱、頭痛、食欲不振、のどの痛み、結膜炎、全身倦怠感などの症状が3～5日続く。

予防法

- ・消毒用エタノールは効果が薄いので、**次亜塩素酸ナトリウム**で消毒する。
- ・手洗いやうがいをする。
- ・感染者と密接に接触しない(タオルを共有しない等)。また、便には1か月程ウイルスが排出されているのでオムツ交換やトイレ後は手洗いを徹底。



出席停止期間

発熱、充血など主要症状が消退後、2日を経過するまで。

ヒトメタニューモウイルス

症状

発熱、鼻水、咳など。0～5歳や高齢者は肺炎や気管支炎を起こしやすい。

予防法

ワクチンはなく、2歳までに50%の子どもが、10歳までにほぼ全ての子どもが感染し、その後も繰り返し感染することが知られている。

出席停止期間

出席停止が義務づけられる感染症ではないが、保育園・幼稚園等によっては登園できないこともあるので確認しておこう。

溶連菌

症状

発熱、のどの痛みに加えて、子どもは舌が赤くなりブツブツとした発疹ができたり(イチゴ舌)、全身に痒みを伴う細かい発疹ができたりする。体が弱っていると**腎臓や心臓に合併症を起こす**ことも。

予防法

- ・感染者と接触を避ける。
- ・手洗いやうがいをする。
- ・マスクをする。
- ・ドアノブやスイッチなどよく触る場所をアルコール消毒する。



出席停止期間

抗生剤治療開始後から24時間を経て全身状態がよくなるまで。