



阪神北広域こども急病センター



2023年度
冬号

ニュースレター



新年あけましておめでとうございます。年が明けて新たな1年がスタートしました。日増しに寒さが厳しくなり、空気も乾燥し、体調も崩しやすくなる季節です。昨年に続きインフルエンザの流行が続いていますが、インフルエンザウイルスにはA型とB型があり、これらのウイルスは変異するため、私たちは何度もかかってしまいます。そのため、引き続き、基本的な感染対策を行いましょ。インフルエンザに感染した時慌てないために、今回はインフルエンザについてのお話です。

どうやって感染するの？（感染の仕組み）

飛沫感染

感染した人の咳やくしゃみが原因で、唾液や鼻水が小さな水滴となって飛び散り、それを吸い込むことによって感染します。



接触感染

咳やくしゃみ、鼻をかむなどしてウイルスが手に付着し、ドアノブやスイッチなどを介して健康な人の手にウイルスが付着し、目や鼻、口からウイルスが入って感染します。



インフルエンザによる子どもの症状

1日～3日の潜伏期間のあと、突然の発熱（通常38℃以上）、だるさ、頭痛、筋肉痛、関節痛など、一般的な風邪症状よりも強い全身症状が現れます。時に腹痛、下痢、嘔吐などの消化器症状が現れることもあります。乳幼児では熱が41℃くらいまで上がることもありますが、通常、このような症状は約1週間で治ります。しかしインフルエンザは脳炎、脳症、肺炎、気管支炎などの合併症を引き起こすこともありますので、免疫力が弱い乳幼児は注意が必要です。



インフルエンザ検査のタイミング



熱の出始めはウイルスの量が少なく、陽性であっても陰性と判定されてしまう可能性があります。したがって、**38℃以上の熱が出始めてから（気づいてから）12～24時間くらい経過してから検査する**のが良いとされています。

インフルエンザの治療について

- ・インフルエンザ治療薬には、飲み薬、吸入薬、点滴薬があり、いずれも発熱後48時間以内に使用することにより、ウイルスの増殖を抑えることができます。
- ・抗インフルエンザ薬は、ウイルスが体内で増殖するのを抑える薬です。すでに増殖したウイルスは、自分の免疫でやっつけることとなりますので、内服や吸入をしたからといってすぐに熱が下がるわけではありません。
- ・発熱後48時間以内に抗インフルエンザ薬を服用すると、服用しない場合に比べ、発熱期間が1～2日短縮されます。
- ・発熱や関節痛に対しては解熱鎮痛薬を、その他の症状については症状に合わせた薬が処方されます。



インフルエンザにかかった時のホームケア



- ・出来るだけ安静にし、栄養と十分な睡眠を取りましょう。
- ・インフルエンザウイルスの空気中での活動や感染をおさえるために、加湿器などで湿度を50～60%、室温は20℃～25℃くらいに保ちましょう。
- ・水分をこまめに摂り、脱水症状に気をつけましょう。



インフルエンザにかかった時の異常行動に注意!

抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無にかかわらず、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする、ウロウロするなどの異常行動が見られることがあります。また、その結果、極めてまれに転落等による死亡事例も報告されています。小児・未成年者がインフルエンザにかかり自宅で療養する場合、少なくとも発熱から2日間は、小児・未成年者を一人にしないようにしましょう。



一戸建ての場合は、できる限り1階で寝かせましょう。



玄関や全ての窓の鍵を施錠しましょう。また、ベランダに面してない部屋で寝かせましょう。

登園・登校の基準

発症から5日が経過していること

かつ

解熱して2日(未就学児は3日)経過していること

体内からウイルスがいなくなるまでには5日間程度かかります。つまり熱が早く下がっても、まだ体の中にはウイルスがいて、感染力を持っている場合があります。出席停止期間をきっちり守ることも感染予防対策の一つです。

※登園、登校許可書については保育園・幼稚園・学校に確認して下さい。

新しい一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔があふれる年になりますように。



電話相談をご利用ください

◆阪神北広域こども急病センターでは、看護師による電話相談を行っています。

☎ 電話相談 ☎

072-770-9981

*発信者番号を通知の上、おかけください



☎ 相談受付時間 ☎

平日	午後 8 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
土曜日	午後 3 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 9 : 00 ~ 翌朝 6 : 30

こどもの急病でお困りのときは、お気軽にご相談ください。

診療のご案内

診療科目	小児科(15歳以下、中学生まで) ※原則、内科の診療となります	
診療受付時間	平日	午後 7 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 8 時から
	土曜日	午後 2 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 3 時から
	日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 8 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午前 9 時から

道路地図



阪神北広域こども急病センター
〒664-0015 伊丹市昆陽池 2 丁目 10 番地
<http://www.hanshin-kodomoqq.jp/>

TEL : 072-770-9988
FAX : 072-770-9905