

## 冬場に気をつけたい感染症

冬は、かぜやインフルエンザをはじめとして、いろいろな感染症が流行します。ここでは、特に冬場に多く見られる感染症について、症状や注意するポイントなどをまとめました。

### インフルエンザ

**症状** ごく短い潜伏期間の後に、急な悪寒や発熱、全身のだるさ、筋肉痛があらわれます。熱は38~40℃で、3~7日間続きます。そのほか、腹痛や嘔吐、下痢などの症状が見られる場合もあります。

発症後、数日してからせきや鼻水がひどくなり、気管支炎を起こす場合もあるので、注意しましょう。

**注意するポイント** 発症後48時間以内に抗インフルエンザ薬を使用すると、発熱期間を平均1日短くすることができます。インフルエンザかどうかを判定するためには迅速検査がありますが、発熱後少なくとも半日程度たたないと正確な判定が出ないこともあります。

発症した場合は、幼児（園・所）は解熱後3日、児童生徒（学校）は、解熱後2日を経過するまでは登園・登校できません。

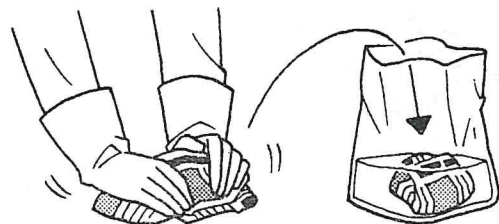
### 感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）

**症状** 潜伏期間は1~2日で、おもな症状は嘔吐と下痢です。軽い場合は嘔吐だけ、下痢だけのこともあります。また、発熱や頭痛、腹痛が見られる場合もあります。便は、軟便から水様便まで、さまざまです。ロタウイルスの場合は、米のとぎ汁のような白色便が出る場合があります。

**注意するポイント** ロタウイルスは3歳未満にノロウイルスはすべての年齢で見られます。また嘔吐や下痢がひどいと脱水症になることもありますので、水分補給を心がけます。登園は、医師において感染のおそれがないと認

めるまで出席停止です。

感染性胃腸炎は嘔吐物や便中のウイルスが感染源となります。嘔吐物を処理する時は換気し、使い捨ての手袋やマスク、エプロン（使い捨てや消毒液につけても大丈夫なもの）を身につけます。嘔吐物をふき取った新聞紙などは0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液を入れたビニール袋に入れ、密封して処分します。



### RSウイルス

**症状** 4~5日の潜伏期間を経て、鼻水程度のかぜの症状があらわれます。6か月未満の乳児は細気管支炎を起こし、急激に重篤になることがあります。

**注意するポイント** 幼児・児童以上ではRSウイルスに感染してもせきや鼻水程度で、か

ぜとあまりかわりません。そのため感染している子が登園している可能性も高くなります。乳児でかぜ症状がある時は、細気管支炎を起こしていないかなど、状態に注意しましょう。登園は医師において感染のおそれがないと認めるまで出席停止です。

### マイコプラズマ肺炎

**症状** 飛沫により感染し、2~3週間の潜伏期間を経て、頭痛や倦怠感、発熱などの全身症状があります。2週間たつと、せきが目立ちます。乾性のせきで、夜間に激しいせきが見られるなどの特徴があります。

**注意するポイント** 夜間に激しいせきが出たり、昼間の生活に支障があるほどのせきが出たりする時は受診しましょう。登園は、医師において感染のおそれがないと認めるまで出席停止です。

### 溶連菌感染症

**症状** 突然の発熱、のどの痛み、咽頭炎、扁桃炎を起こします。細かい発疹が体や顔、手先、足先などに出て、かゆみをとまなう場合や舌に赤いぶつぶつが出ることもあります。園児や児童の場合は、発熱から1~2日して、発疹が見られることがあります。また腹痛や嘔吐、頭痛が見られることもあります。

**注意するポイント** 抗菌薬を10~14日間服用します。症状が消えて元気になっても、指示された日数をきちんと飲み切ります。途中でやめると再発したり、急性腎炎やリウマチ熱を起こしたりすることもあります。登園は、医師において感染のおそれがないと認めるまで、出席停止です。

### せきエチケットはできていますか？



かぜやインフルエンザにかかる人が多くなる季節です。せきやくしゃみが出る時に、まわりの人にうつさないためには、せきエチケットが大切です。

もしマスクがない時に、せきやくしゃみをする場合には、ハンカチなどで押さえるようにしましょう。