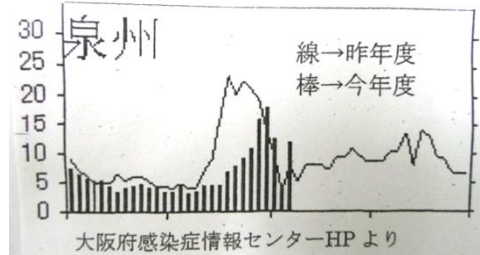


ほけんだより 冬の臨時号(感染症特集) おうちの人といっしょによみましょう～

感染性胃腸炎に気をつけましょう!



ノロウイルスをはじめとする感染性胃腸炎が全国的に流行しはじめています。泉州地域でも患者数が昨年度を上回っています。中央小学校では今のところ、ノロウイルスの報告はうけていませんが、腹痛やおう吐で欠席する児童が増えてきました。

下に感染性胃腸炎についての注意点をまとめましたので、ご覧ください。

Q、感染経路は…?

A、大きく下の3つの場合があります。

1. 感染者の便やおう吐物から感染する場合。
2. ウィルスが感染者を介して食品に移り、その食品を食べた場合。
3. ウィルスに汚染された食品を加熱せずに食べた場合。

Q、感染を防ぐには…?

A、塩素消毒と加熱処理が有効です。

1. おう吐物や便の処理には、「塩素系消毒剤(漂白剤)」を希釈したものを使用します。
2. 食事の前、調理の前、トイレの後などは、30秒以上のていねいな手洗いが有効です。
3. 食品は、85℃で1分以上の加熱が必要です。

Q、かかってしまったら…?

A、水分を補給、あたたかくして安静に。

1. 症状が治まるまでは、食事を控え、水分をしっかり補給しましょう。
2. 上半身を少し高くして、体を温め、安静にしましょう。
3. おう吐や下痢を繰り返す時は、早めに病院を受診しましょう。

インフルエンザ注意報発令中!

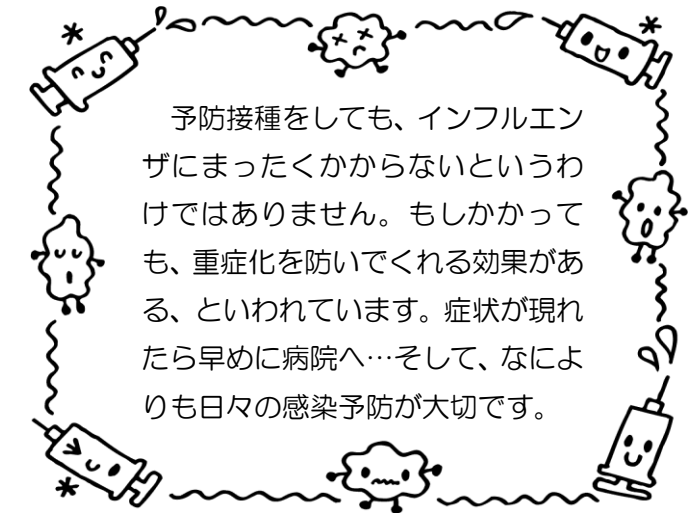
中央小学校では現在、「インフルエンザ」による欠席者は数名ですが、市内の小学校ではすでに流行の兆しが見られます。岸和田市と貝塚市にも、インフルエンザ注意報が発令されました。十分注意して過ごしましょう!

インフルエンザとかぜの違い



インフルエンザの特徴は、**38度以上の熱、関節の痛み、のどの痛み**などの症状が急にあらわれます。かぜの症状と似ていても、かぜ薬では治りません。**もしかしたら…と思ったら、すぐに病院へ行きましょう!**

予防接種をしたから大丈夫!?



予防接種をしても、インフルエンザにまったくかからないというわけではありません。もしかかっても、重症化を防いでくれる効果がある、といわれています。症状が現れたら早めに病院へ…そして、なによりも日々の感染予防が大切です。

インフルエンザ?と思ったら…

* 受診して確認を… *

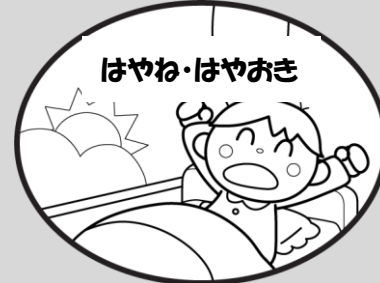
かぜと区別しにくいので、受診して検査してもらいましょう。

* 脱水症状に注意! *

高熱で体がぐったりすると、脱水症状が起こりやすくなります。イオン飲料などで、十分な水分補給をしましょう。



インフルエンザも感染性胃腸炎も、健康な体作りが、予防の基本です!



みなさんのからだの中にある、抵抗力&免疫力(病気とたたかうパワー)を高めましょう!

～インフルエンザは出席停止です～

インフルエンザは、熱が下がってもすぐに登校できません。

* 発熱した後5日を経過

* 熱が下がってから2日を経過

上記のどちらの日数も経過したら、お医者さんに登校許可意見書を描いてもらってから、登校してください。