

インフルエンザ

一番多い飛沫感染

感染者のせきやくしゃみで飛び散ったしぶきが、口や鼻から入って感染することがほとんどです。

ウイルスのついたものをさわった手で、口や鼻をさわると「接触感染」や部屋の換気をしないために空気中に浮かんだウイルスで「空気感染」することもあります。



感染

(ほとんど経口感染)

- ・感染者の便や吐しゃ物から手についたウイルスが、口から入って感染します。
- ・人の接触が多いところでウイルスを吸い込んだり、直接うつったりします。
- ・感染した人が調理したもののからうつります。
- ・ウイルスに汚染された二枚貝や、十分に加熱されていないものを食べてうつります。

ノロウイルスの感染力は、強力!

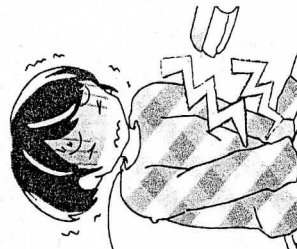


38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身のだるさや急に起こる。のどの痛み、鼻汁、くしゃみやせきがでることも。

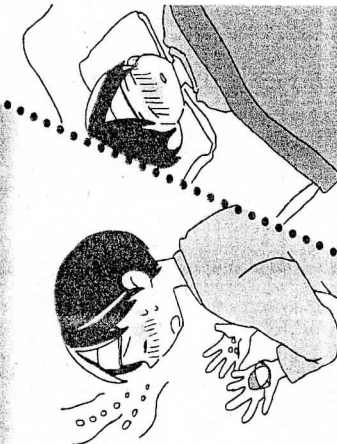


症状

おう吐、下痢、腹痛。熱はあまり出ません。



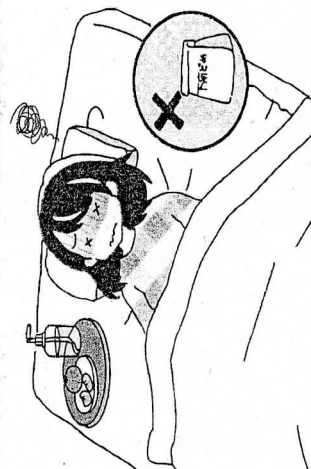
抗インフルエンザウイルス薬を、発症から48時間以内に服用すると、発熱期間が1〜2日間短縮されます。早めに病院へ。  
あとは、安静・睡眠・水分補給。



かかってしまったら

- 抗ウイルス薬はありません。
- ・脱水症状を起したり、体力を消耗したりしないように、水分と栄養の補給は十分に。
- ・1〜2日で自然に治ります。

下痢止めの薬は、回復を遅らせることがあるので、勝手に飲むのはやめましょ



- ・食事の前や外出から帰ったら必ず石けんで手洗い。
- ・空気が乾燥すると、のどが弱ってウイルスに感染しやすくなります。加湿器で湿度を50〜60%に。
- ・人ごみへの外出はなるべくやめましょ。

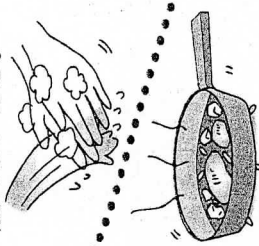
アルコール消毒も効果あり



予防

気をつけること

- ・食事の前やトイレの後などには、必ず手を洗いましょ。
- ・食品は、しっかりと中まで火を通して食べましょ。
- ・感染した人のおう吐物や便、それらがついたものには触れないこと。



処理をする時は、使い捨てのエプロン、マスク、手袋をしましょ

ノロウイルス (感染性胃腸炎)