

保健だより

H29年10月12日

住吉第一中学校 保健室

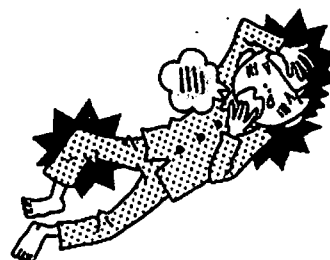
10月に入り、例年より早く、大阪市内において、インフルエンザが流行している地域がありました。そして今週11日より、住之江区内においても、インフルエンザA型の流行地域が見られます。ご家庭の方でも、注意をお願いします。

★予防が大事です。

- ① 手洗い・うがいの励行。ハンカチやタオルは一人に1枚の使用にしましょう。
- ② 十分な睡眠とバランスのよい食事をとりましょう。
- ③ 人の多く集まる所はなるべく避けましょう。マスクの着用も有効です。
- ④ ていねいに歯磨きしましょう。(ウィルスは、歯垢に付着しやすいという説があります。)
- ⑤ 予防接種について家族やかかりつけの医師に相談しましょう。

★こんな症状の時は受診をお願いします。

- (1) 発熱(37.5~38度以上)
- (2) 頭痛・関節の痛みや全身の筋肉痛のような痛みがあらわれたとき
- (3) 全身がだるくて起き上がるのもつらいなど。



★お願い

- インフルエンザと診断を受けた場合は必ず、その旨をお知らせください。(出席停止扱いとなります)
- インフルエンザには登校基準があります。ご確認ください。(発症日の翌日から5日間かつ解熱後2日を経過するまで。下記参照)
- 登校基準より医師の指示が優先されますので、お手数ですが、その旨を学校にお伝えください。

◆たとえば、発症後2日目に解熱した場合

発熱→①発熱→②解熱→③解熱後1日→④2日→⑤発症後5日⇒⑥登校可能日

◆たとえば、発症後4日目に解熱した場合

発熱→①発熱→②発熱→③発熱→④解熱→⑤解熱後1日→⑥解熱後2日⇒⑦登校可能日

今年度5月~6月にかけて本校ではインフルエンザによるお休みが多く出ました。ただし、残念ながらインフルエンザウィルスは常に形を変化させる性質があり、「免疫や抗体(一度かかればかかりにくくなる)」は出来にくいとされています。