

インフルエンザを自宅で療養するには・・・

受診するとき以外は、外出しないように心がけましょう。

- 熱や咳などの症状がある場合は、十分な水分をとりながら安静に過ごしましょう。
- 治療が始まり、熱が下がっても薬は決められた期間、確実に服用します。症状が改善してもウイルスが排出される場合がありますので、しっかり薬を服用（吸入）しましょう。
- 薬を服用中は、念のためひとりにせず、なるべく見守ってください。



定められた期間、学校を休みましょう。

- 薬を服用し、症状が改善してもインフルエンザがすっかり治った状態ではありません。新しい薬の効果で熱が引き2日を過ぎても、感染力が続きます。
- 熱が下がっても、医師の指示にしたがい、定められた期間、学校を休みましょう。
- 出席停止期間の基準は、「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」です。感染を広げないためには、みなさんの協力が大切です。

同居の家族が感染しないための対応

- 患者の世話をしたら手を洗います。
- 可能ならば患者とは別の部屋で過ごします。
- それが難しい場合はできる限りマスクを使用し、できるだけ離れて過ごしましょう。
- マスクの効果は絶対ではありません。手洗いを十分に行ってください。

注意！！小児のインフルエンザ脳症

以下のような症状が見られた場合には、医療機関を早期に受診しましょう。

インフルエンザ様症状（発熱等）に加え、

- (1) 呼びかけに答ええないなどの意識レベルの低下が見られる
- (2) けいれんを繰り返し起こす、または、けいれん後の意識障害が持続する
- (3) 意味不明の言動が見られる