

インフルエンザ

感染しない
感染させない



「インフルエンザ注意報」発令!

昨年12月25日に県内に「インフルエンザ注意報」が発令されました。昨シーズンに比べて約1ヶ月早い流行です。大学でも年明けから数名、インフルエンザによる出席停止の連絡が入っています。

かかったら早めの受診と療養を!!

疑わしい症状があったら、医師に見てもらい、早めに治療を開始し、治ってから通学するようにしましょう。

公欠の手続きには治癒したという証明書が必要です。

大学ホームページ「感染症について」を参照し、「学校感染症治癒証明書」をダウンロードしてから受診をおすすめします。

出席停止期間 「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日間」
発症とは発熱してからのことをいいます

学校保健安全法において、感染症予防のため、出席停止期間等が決められ、大学でもその期間の授業の欠席は公欠扱いとなります。

【出席停止の対象】

インフルエンザのほか、マイコプラズマ肺炎、ノロウイルス等感染性胃腸炎、溶連菌感染症 ほか



(TOP > 学生生活 > 医務室 > 感染症について) http://www.onomichi-u.ac.jp/campus_life/medical_office/kansen.html?node_id=557

症状

① 急激な体温上昇 (38度以上)

② 関節の痛み

③ 全身倦怠感 (だるい)

④ 咳やのどの痛み

① 飛沫感染

感染した人が咳をして、飛んだ飛沫に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んでウイルスが体内に入り感染する。

2種類の感染経路

② 接触感染

感染した人が咳を手で押さえた後や、鼻水を手でぬぐった後に、ドアノブ、スイッチなどに触れると、付着したウイルスを別の人が手に触れ、その手で鼻や口に触れることで粘膜を通じてウイルスが体内に入り感染する。

インフルエンザにかからないために

インフルエンザウイルスは低温・低湿を好み、乾燥している空気中を長時間漂っています。

① 流行前のワクチン接種 ワクチン接種による効果が出現するまでに2週間程度かかります。

② 行動毎の手洗い・うがい 手洗いは手指に付着したウイルスを物理的に除去するのに、うがいはのどの乾燥を防ぐのに有効です。

③ アルコール消毒 アルコール消毒はインフルエンザウイルスに有効です。アルコールが乾いた時に殺菌効果を発揮するので、清潔なタオルで手を拭いた後、手洗いができない時など、手が乾いた状態で使用します。

咳エチケットを



忘れずに

④ 適度な湿度の保持 ウイルスを活性化させない 最適室内環境 湿度 50～60% 温度 20～24℃

⑤ 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

睡眠不足、ストレス過多、栄養のかたより等によって免疫力が低下した状態では、感染しやすくなります。

⑥ 体調不良、流行時には不必要な外出は控える