

インフルエンザ注意喚起！！

インフルエンザが流行し始めています。

インフルエンザかもしれないと思った時には以下を参考に行動されてください。

朝起きて体調が悪いと感じた時は

体温を測定し38度近い熱がある時や37度台でインフルエンザの症状がある時

- ✓ マスクを着用し近隣の医療機関を受診してください。保健管理センターにインフルエンザの薬はありませんので、医療機関を受診してもらうことになります。

体温を測定し37度台前半でインフルエンザの症状がない時

- ✓ 無理をせずに自宅で療養することが一番ですが、インフルエンザの症状がなく登校できそうな時は必ずマスクを着用し登校してください。
- ✓ 登校後体調が悪化したら、すみやかに保健管理センターに来てください。
- ✓ 特に臨床実習中は、無理をせず指導の先生にも相談をしてください。

【インフルエンザの症状】

38度近い発熱 頭痛 倦怠感
関節痛 咽頭痛 鼻汁 など
*ワクチン接種をしていると
症状が軽くなることもあります



自宅に体温計はありますか？

一人暮らしをされている方は
自己の体調管理のためにも
体温計を常備しておくことを
お勧めします!!



出席停止について

インフルエンザに罹患した場合、学校保健安全法に基づき出席停止になります。

出席停止基準は『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。

この2つの条件を必ず守らなければなりません。

☆発症日（病院を受診した日ではなく症状が出た日）を0日とします。医療機関を受診した際に主治医に出席停止期間を確認してください。

意見書（診断書）発行について

抗インフルエンザウイルス薬の説明書（本人の名前入り）を保健管理センターに持参していただければ保健管理センターから意見書を発行することができます。

必要な際には回復後、保健管理センターに持参してください。



気をつけること

インフルエンザと診断されたら、処方された薬を指示通りに使用し、

十分な休養としっかり栄養をとる事を心がけ療養しましょう。授業の単位も気になりますが、無理に出席することで回復が遅れることはおろか、周囲の友人（医学部では病院スタッフや患者様）などに感染させてしまう可能性もあります。自分も大事ですが周囲の人も大事です。

予防として、日頃よりマスク着用、手洗いうがいに心掛けて、楽しくこの冬を過ごしましょう(^^) /



インフルエンザ出席停止期間について

インフルエンザは感染力が非常に強いいため、罹患した場合は学校保健安全法に基づき「出席停止」になります。インフルエンザの出席停止基準は「**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。この2つの条件を満たすまで、出席停止扱いになります。

- ⊗ 発症した後、5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまでとは、最低、発症した後、5日を経過するまでということです。それに加えて熱が下がった日によって出席停止期間が延長していくことがあります。(例4,5)
- ⊗ 発症日(当日0日)は、病院を受診した日ではなく、インフルエンザ様症状(38度程度の発熱等)が始まった日とします。病院受診時に医師に発症日を確認してください。
- ⊗ 受診していない場合は「出席停止」扱いにはなりません。

インフルエンザ出席停止期間早見表

		発症日	発症後							
		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
例1	発症後1日目に解熱した場合(最低基準)	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後4日目	発症後5日目			
		出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	登校可能○		
例2	発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日目			
		出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	登校可能○		
例3	発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目			
		出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	登校可能○		
例4	発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目		
		出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	登校可能○	
例5	発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	
		出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	出席停止×	登校可能○

不明な点は電話でお尋ねください。

旦野原保健管理センター ☎097-554-7477

狭間健康相談室 ☎097-586-5552