

インフルエンザ予防について

2008. 11

湘南校舎 事務局長

湘南保健センター長



インフルエンザは普通の風邪と違う感染症です。予防と早めの治療が大切です。周囲にうつさないための配慮も忘れないで下さい。

自己判断による安易な解熱剤の使用は避けて、症状が出たら2日以内に病院受診をして下さい。

【症 状】 38度以上の高熱、頭痛、筋肉痛、関節痛、倦怠感、咳など

【予 防】 ①予防接種を受ける（なるべく11月までに受けて下さい）

②外出後や食事前の手洗い・うがいの励行

（日常的に習慣づけて下さい）

③外出時はマスクを着用し、人混みへの外出を避ける

④咳やくしゃみをおさえたり、鼻をかんだ手は、ただちに洗う

【治 療】 ①咳エチケットを守る

（熱、咳、くしゃみのある人は必ずマスクを着用する）

②早めに病院受診をして、抗ウイルス薬による治療を受ける

③自宅で安静・保温を心がける

④十分に水分を取り、室内も加湿する

* インフルエンザに罹った場合、治癒後に出校停止期間の書かれた診断書を提出すれば、学生は授業に関しては欠席扱い免除となります。定期試験時の欠席は追試対象となります。