



**インフルエンザ
対策**

京都府丹後保健所 HP パナー

No.41

インフルエンザ NEWS

編集／発行 **京都府丹後保健所**
 (丹後広域振興局健康福祉部)
 保健室 感染症・難病担当
 〒627-8570 京丹後市峰山町丹波 855
 TEL.0772-62-4312 FAX.0772-62-4368
 www.pref.kyoto.jp/tango/ho-tango

丹後保健所

検索

- もくじ

 - ◇ インフルエンザ流行状況 … ①
 - ◇ インフルエンザの症状 … ①
 - ◇ インフルエンザにかかったら … ②
 - ◇ インフルエンザによる異常行動 … ②



今シーズンのインフルエンザ発生状況は、京都府では昨年とほぼ同時期に流行入りとなりました。昨年末から毎週患者が倍増しており、流行拡大が加速しています。

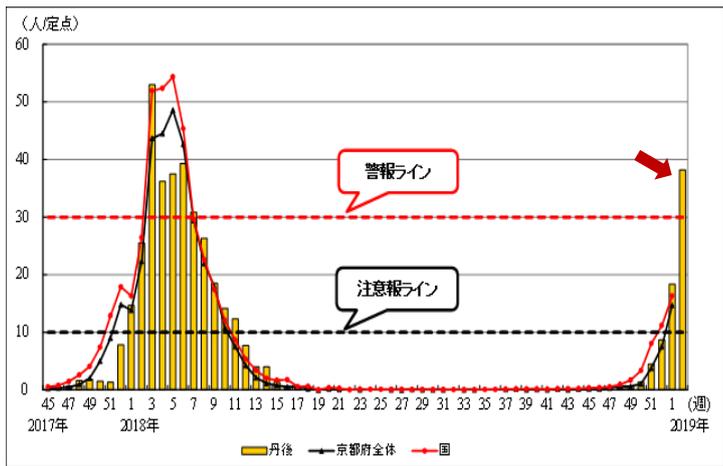
インフルエンザによる学級閉鎖報告や施設内感染事例も増加しており、インフルエンザ流行のピークを迎えつつあります。

手洗いの励行、咳エチケットの遵守等一人ひとりが感染対策の徹底に努めましょう。

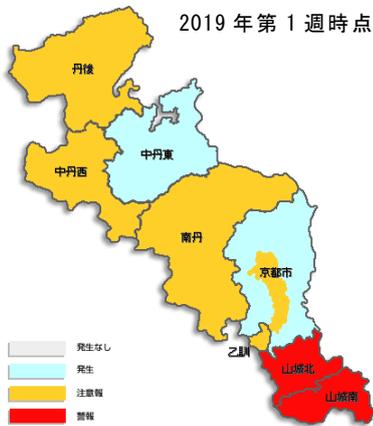


2018-19

インフルエンザ 流行状況



2019年 第1週時点 (12/31~1/6)



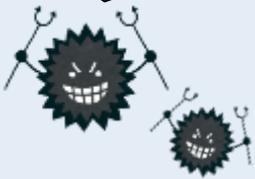
	49週	50週	51週	1週	2週
	12/10~12/16	12/17~12/23	12/24~12/30	12/31~1/6	1/7~1/13
全国	3.35	8.05	11.17	16.30	集計中
京都府	1.05	3.79	7.52	14.72	集計中
丹後	1.33	4.5	8.67	18.33	38.17

丹後保健所管内ではインフルエンザ定点医療機関あたり報告数が、2019年 第2週 (1/7~1/13) は38.17 (速報値) と前週から大幅に増加し、警戒レベルの基準となる30を超過しました。B型の報告もありますが、A型が流行の主体です。

インフルエンザの症状



感染後発症するまで1~3日



ウイルス
排出期間



全身症状

- ・ 38℃以上の発熱
- ・ 頭痛
- ・ 関節痛
- ・ 倦怠感
- ・ 筋肉痛



呼吸器症状

- ・ のどの痛み
- ・ 咳
- ・ 鼻汁



発症前日から発症後3~7日は人にうつる可能性があります

インフルエンザにかかったら・・・

咳エチケットの徹底！



- ・咳やくしゃみを他の人に向けてしない
- ・マスクの着用
- ・咳やくしゃみをする時は、ティッシュやハンカチ、上着の袖などで口や鼻を覆う
- ・手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗う
- ・使用したティッシュはすぐゴミ箱に捨てる

こまめな水分摂取！



- ・お茶、スープ、経口補水液など水分を十分に補給する

安静に！



- ・休養をとる
特に睡眠を十分にとることが大切

早めの受診！



- ・高熱が出る、呼吸が苦しいなど具合が悪い時は早めに医療機関へ受診をする

外出を控える！



- ・無理をして学校や職場に行かない
- ・人混みや繁華街への外出を避ける



インフルエンザの出勤停止について
明確な決まりはありません

「インフルエンザ」と診断された時に、
どのように対応するのか職場の中でルールを決めておく

⚠️⚠️⚠️⚠️⚠️ インフルエンザによる異常行動 ⚠️⚠️⚠️⚠️⚠️

これまで異常行動が現れるおそれがあるとして、10代患者へのタミフルの使用は差し控えられていましたが、平成30年8月に抗インフルエンザウイルス薬の「使用上の注意」が改訂されました。これにより、タミフルの使用制限が解除され、タミフルを含む抗インフルエンザ薬の添付文書に「抗インフルエンザ薬の服用の有無や種類にかかわらず、インフルエンザにかかったときは異常行動が発現した例が報告されている」ことが記されました。

異常行動は①就学以降の小児・未成年者の男性に多い（女性でも現れる）、②発熱から2日以内に現れることが多いとされています。インフルエンザにかかった時は、異常行動が重大な事故につながらないように家族や周囲の人が十分に理解し、対策を徹底する必要があります。

防止対策の例



玄関や全ての部屋の窓を
確実に施錠する



- ・窓に格子がある場合はその部屋で寝かせる
- ・ベランダに面していない部屋で寝かせる



一戸建ての場合はできる限り1階で寝かせる