医務だより　－R1.11－

朝晩の温度が日中との差が大きくなって、そろそろイヤーなインフルエンザの季節になってきますが、体調管理は大丈夫ですか？

手洗い、うがい、マスクでしっかり予防しましょう！

【インフルエンザと風邪の違い】

病名	インフルエンザ	ふつうのかぜ
原因となるウイルス	インフルエンザウイルス	・ライノウイルス ・パラインフルエンザウイルス ・RSウイルス・アデノウイルス など
潜伏期間	1～3日	1～6日
症状	◎全身症状が強い ・急な発熱38～39℃以上 ・悪寒、頭痛、腰痛、筋肉痛などの全身症状 ・鼻水、せき、のどの痛みなどの上気道症状	◎おもに上気道症状 ・発病はゆるやか ・発熱37～38℃台 ・くしゃみ、鼻水、せき、のどの痛み（軽度） など
合併症	・気管支炎　・ぜんそく発作 ・肺炎　・中耳炎 ・脳症　など	少ない。 ・中耳炎 ・副鼻腔炎　など

※お願い

◎ インフルエンザワクチンの予防接種を特別なことがない限り受けてください！

◎ 出勤時に日中との温度差があるときは、脱ぎ着のできる服装で来てください。
※厚着はだめですヨ！

NPO法人笑い太鼓 高次脳機能障害者支援センター　看護師