

ほけんだより12月

NO9. H29.12.8

小牛田高等学園

保健室

11月後半から本格的な冬の寒さを迎え、風邪をひいている人が一段と多くなりました。本校では、まだインフルエンザ感染者はいませんが、県内では流行しつつあります。全ての感染症予防の基本は、手洗い・うがいです。日々の習慣にして、元気に冬を過ごしましょう。



インフルエンザの欠席停止期間について

インフルエンザは、薬を飲むとすぐに熱が下がるようになりましたが、ウイルスは長い間体内に留まり続けます。自分のためにも、周りのためにも**出席停止期間は必ず守りましょう。**

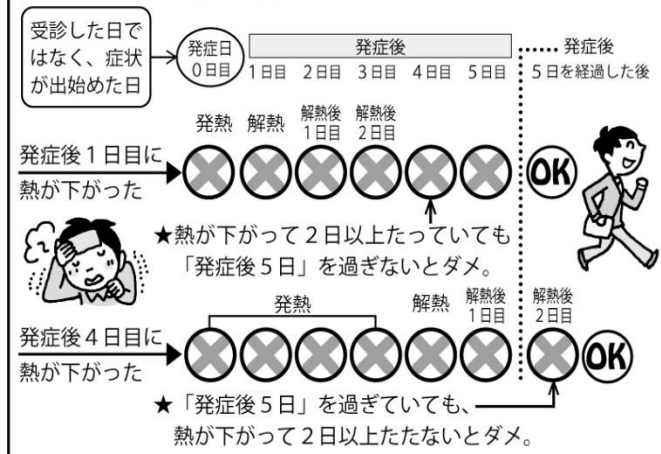
早わかり

インフルエンザの出席停止期間

インフルエンザと診断された場合の出席停止の期間は、法律*で次のように定められています。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては、3日）を経過するまで

● 実際の例で考えてみると… ●

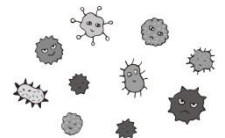


※学校保健安全法施行規則の一部を改正する省令（平成24年文部科学省令第11号）

感染性胃腸炎について

どうやって感染するの？

- ①感染した人の便やおう吐物に含まれたウイルスを、気がつかないうちに吸い込んだり、さわったりすることにより感染する。
- ②ウイルスがついたカキなどの貝類を食べて感染する。



どのような症状があるの？

下痢、腹痛、吐き気、おう吐の胃腸症状。熱が出る人や、下痢だけの人、おう吐だけの人もいます。

感染してしまったら…

- ①下痢止め・吐き気止めは飲まない
- ②こまめに水分をとる
- ③トイレは我慢しない



欠席の取り扱いについて

医師より「学校を休んで下さい」と指示があった場合は出席停止となります。病院の先生の指示を良く聞いて、すぐに学校に連絡をしてください。

感染症には、とにかく手洗い！

これからの時期は、インフルエンザや、感染性胃腸炎に限らずマイコプラズマ肺炎など様々な感染症が流行します。うがいやマスクをする等予防方法はたくさんありますが、その中で**最も重要なのは手洗い**です。学校に着いたら・食前・トイレ後・鼻をかんだ後・帰宅後は必ず手を洗いましょう！

