

<インフルエンザについて>

インフルエンザ流行の兆しがみえてきてますが、かぜとはどう違うのでしょうか？

インフルエンザの特徴

38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など強い全身症状、これに加えかぜの症状に似たのどの痛み、鼻汁などの症状も見られる。

これに対し普通のかぜの症状は、のどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳（せき）などが中心で、発熱もインフルエンザほど高くない事が多いようです。

ただ、発症当初では判断が難しいと思われるので、おやっと思ったら早めに医療機関での受診をお奨めします。

※インフルエンザに対する抗インフルエンザ薬は早ければ早い方が良く、発症48時間以内に摂取すると効果的と言われています。

インフルエンザはインフルエンザ脳症（注）などを併発し、重症化することがあり最悪の場合は死に至る事もある怖い病気です。

日頃の予防を心掛けましょう！！

予防方法

- ・栄養と休養を十分に取る。
- ・人ごみを避ける。
- ・適度な温度（25℃前後）、湿度（50～60%）を保つ。

※インフルエンザウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空気中を漂っています。

- ・帰宅時のうがい、手洗い
- ・マスクをしてのどの乾燥を防ぐ。

(注) インフルエンザ脳症

インフルエンザウイルス感染によって、発熱後けいれんや意識障害が生じる

いなか整形外科クリニック