

総合東京病院 訪問リハビリ通信

2月号 「インフルエンザ」

1. インフルエンザについて

インフルエンザはインフルエンザウイルスを病原とする気道感染症です。毎年世界各地で流行がみられます。北半球では1~2月頃、南半球では7~8月頃が流行のピークとなります。日本では11月下旬頃に始まり翌年1~3月に患者数が増加し、4月頃にかけて減少していくパターンを示します。

2. 症状

1~3日程の潜伏期間の後に発熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然現れ、約1週間の経過で軽快します。合併症として気管支炎、肺炎、中耳炎などがみられます。重大な合併症には急性脳症（インフルエンザ脳症）や重度な肺炎があります。小児や高齢者、免疫力の低下している人では重症となることや合併症を伴うケースが多いようです。

3. 予防のためには

- ① **栄養と休養を十分にとる**：体力をつけ、免疫力を高めることで感染しにくくなります。
- ② **適度な温度、湿度を保つ**：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います。
- ③ **手洗いうがい**：手洗いは感染を防ぎ、うがいは口内を洗浄し喉の乾燥を防ぎます。
- ④ **人混みを避ける**：ウイルスを寄せ付けないようにしましょう。
- ⑤ **マスクの着用**：ウイルスの侵入や喉の乾燥を防ぎます。また、他人へうつさないためのエチケットとなります。着用の際は鼻まで覆いましょう。

※また予防接種は予防効果や症状を軽減することができるため、流行する前に受けることが推奨されています。



現在のサービスの空き状況

	月	火	水	木	金	土
《午前》9:00~12:00	○	△	○	○	○	○
《午後》13:00~17:00	○	○	○	○	○	○

- ◎…何時でも可能
- …空きあり
- △…空き僅か
- ×…空きなし

【お問い合わせ】 総合東京病院 訪問リハビリテーション

TEL:03-3387-8738(直通) FAX:03-3387-5611

責任者：片桐 創太 作成者：西村 隆太