

### 嘔吐がひどい時

寝ている姿勢で吐いた時は、吐いた物が器官に詰まらないように顔を横に向けたり、上体を少し高くして寝かせてあげます。また、衣類はゆるめ、胸やお腹を楽にして安静にさせてあげましょう。

#### 【感染予防対策について】

- ・加熱して食べる食材は中心部までしっかりと火を通す。
- ・調理器具や調理台は「消毒」して、いつも清潔にしておく。(使用後すぐに洗う)
- ・便や嘔吐物の処理は、必ずビニール手袋、マスク、エプロンを着用する。嘔吐物の消毒は、塩素系消毒剤を希釈したものを使用し消毒をする。ゴミは密閉して捨てる。



### ◎インフルエンザ

- ・感染のスピードが速く、感染者のくしゃみや咳で飛び散ったウイルスに感染して発病する急性の気道の炎症です。(普通の風邪とは、原因となるウイルスの種類が違います) インフルエンザにはいくつか種類があり、ウイルスによって特徴的な症状は異なります。

#### 【症状】

- ・寒気や38度以上の高熱が数日から1週間近く続き、咳、鼻水、喉の痛みなどの症状を起こします。潜伏期間は1日~2日です。風邪症候群に似ています。また肺炎や中耳炎などの合併症を起こしやすく、インフルエンザ脳症と呼ばれる重篤な合併症が生じることもあります。

#### 【感染経路】

- ・飛沫感染(咳・くしゃみをあびる)や接触感染(感染したヒトが触ったドアノブなどを直後に触り、その後に口を触り口腔内に入るなど)で感染します。

### <インフルエンザと風邪はどうちがうの?>

|           | 風邪(普通感冒)            | インフルエンザ                           |
|-----------|---------------------|-----------------------------------|
| 発症時期      | 1年通じて散発的            | 冬場に流行                             |
| 主な症状      | 上気道症状               | 全身症状                              |
| 症状の進行     | 緩徐                  | 急激                                |
| 発熱        | 通常は微熱(37~38℃)       | 高熱(38℃以上)                         |
| 主症状(発熱以外) | くしゃみ、喉の痛み、鼻水、鼻づまりなど | 咳、喉の痛み、鼻水、全身倦怠感、食欲不振、関節痛、筋肉痛、頭痛など |

### ◎RSウイルス感染症

- ・呼吸器の感染症です。風邪症候群の代表的なウイルスです。4~5日間の潜伏期間を経て発熱、鼻汁などの症状が数日続きます。2歳までにほぼすべての乳幼児が一度はRSウイルスに感染するといわれています。生後6ヶ月未満の乳児は重篤化しやすいので気を付けましょう。合併症として注意すべきものには、無呼吸発作、急性脳症、細菌性肺炎、中耳炎等があります。

#### 【症状】

- ・鼻水・発熱(微熱が多い)がみられ、その後せきが出てきます。下気道(気管~肺)にウイルスが侵入し、肺炎や細気管支炎を発症し、ひどい咳、「ゼーゼー、ヒューヒュー」という喘鳴を伴った呼吸困難が出るなどの症状が現れることがあります。また、通常は1~2週間で快方に向かいますが、2歳以下の乳幼児では重症化しやすく、入院が必要になることがあります。

#### 【感染経路】

- ・飛沫感染やウイルスがついている手指や物品を触ったり又はなめたりすることによる間接的な接触感染。

