

## 【インフルエンザの出席停止期間について】

今治東中等教育学校 保健室

インフルエンザと診断された場合、原則として、**発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで**が期間となります。**熱が出た日はカウントせず、翌日から1日目と数えます。**朝熱が下がっていても日中熱が上がる場合は、熱が下がったとしません。**完全に熱が下がるまで療養することが大切です。**

※熱が長引く場合は、5日を経過していても出席停止の期間は終わりません。自己判断で出てくることの無いよう、迷う場合は学校へ御連絡ください。

インフルエンザの場合、前期生、後期生とも**保護者が記入する「学校感染症罹患届」**が必要です。**学校HPのトップページ左側にあるダウンロード>各種様式>保健室「学校感染症罹患届」のリンクからDL**することもできます。後期生はHRノートにある「第二種の感染症の場合に使用」の様式を使用してもかまいません。

# インフルエンザ!?

## 登校再開はいつになる?



**原則** 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。



発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目

※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

抗インフルエンザ薬の効果で、体内にウィルスが残っていてもすぐに熱が下がり、熱が下がって2日を過ぎただけでは感染力が続く可能性が高いため、このように改められています。



対角線上に窓を開けてこまめに換気することも大切です。



**マスクをしよう!**  
マスクをしていると、温かい息が出るときに蓋の役割を果たすため、のどが潤いやすくなって保湿効果が高まります。



**加湿器を使おう!**  
のどの線毛の活動を活発にするために、加湿器で室内の湿度を50%~60%に保つようにしましょう。

## 空気が乾燥する季節…のどを守るために



**温かいものをとろう!**  
乾燥が進むと、のどに痛みを感じるようになります。そのため、こまめに水分をとりましょう。



**うがいをしよう!**  
うがいはのどを適度に刺激して、粘液の分泌や血行をよくしたり、のどの潤いを保って、線毛の活動が弱まるのを防いだりする効果が考えられます。