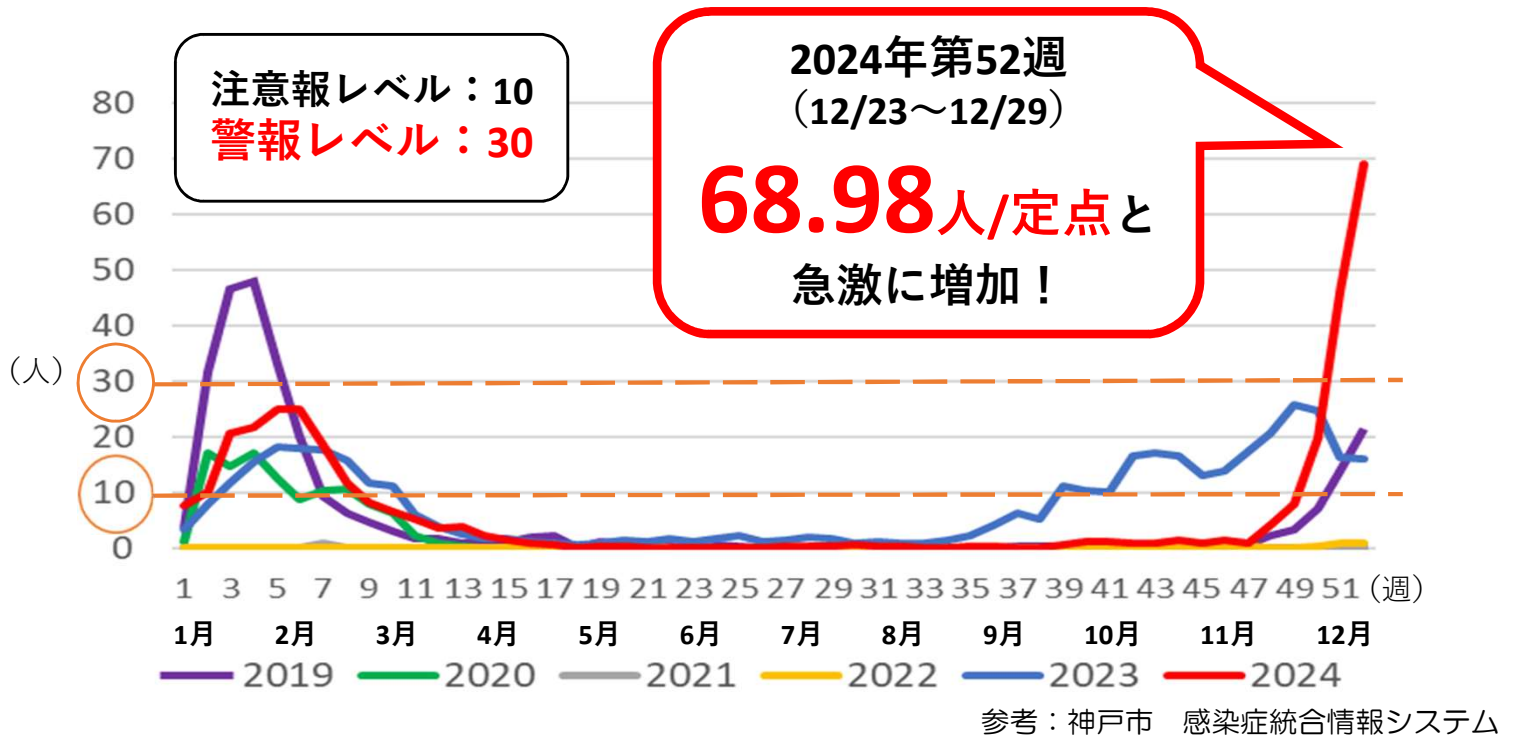


季節性インフルエンザが大流行しています！



第52週の時点で、警報レベルの基準（30人/定点）を大きく超えており、**過去25年間で最多**の報告数となりました。
インフルエンザのピークは例年1月～2月であり、今後の動向に注意が必要です。

○症状

- 発熱（通常38℃以上の高熱）、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然現れ、咳、鼻汁などの上気道炎症状がこれに続き、約1週間の経過で軽快します。
- 小児ではまれに急性脳症、高齢者や免疫力の低下している方では細菌による肺炎を伴う等、重症になることがあります。



○感染予防

- 咳やくしゃみなどの症状がある場合のマスク着用、手洗い・手指消毒、定期的な換気、適度な湿度の保持等、基本的な感染対策が有効です。

○もしインフルエンザにかかってしまったら

- 発症後3～7日間は、ウイルスを排出すると言われておりますので、その期間は外出を控え、自宅で安静にして休養をとりましょう。**
- 抗インフルエンザ薬の服用の有無にかかわらず、発熱から2日間以内の異常行動も報告されています。特に小児・未成年者については、転落や住居外に飛び出さないための対策と目を離さないようにしてください。