

## クリニックだより 2018年 2月号

寒さも本格的に厳しくなり、北風が吹くとより寒さを感じるころとなりました。大寒から立春までは、暦の上でも一番の寒さになると言われています。こんな寒さと乾燥が続く季節になると気になるのは、やっぱりインフルエンザですよ。

1月半ばよりインフルエンザが急増し、インフルエンザの流行期に入りました。幼稚園や小学校では、学級閉鎖・学年閉鎖のところも多いと思います。毎年、インフルエンザA型がまず流行し、それが落ち着くと、インフルエンザB型が流行するのが通年ですが、メディアでも報じられているように、今期は、インフルエンザA型・B型ともに同時期に流行がみられています。インフルエンザの主な症状は、発熱・悪寒・倦怠感ですが、その症状以外に頭痛・嘔気・嘔吐等を伴うこともあります。

インフルエンザA型は、突然の高熱を伴うことが多いようですが、インフルエンザB型は37.5℃～38.0℃台が続くことも多いようです。

インフルエンザの診断は、迅速検査で行われるものが一般的ですが、比較的、元気で微熱くらいでは、発熱してから短時間では、早期のため、確定診断ができないこともあります。発熱後12時間以上経過してから検査を行えば、ウイルス量が測定値の限界以上に増えるため、陽性率が上がります。お子さんの症状にもよりますが、12時間以上経過してからの受診をお勧めします。

当院では、鼻のかめるお子さんにはラップに鼻をかんでもらう鼻かみ法を採用しています。鼻のかめるお子さんは、受診前に鼻をかまず、溜めた状態で来院してくださいね。

まだまだ、流行の状況は続くことが予測されるため、外出時はマスクを着用し、外から帰ったら、手洗い・うがいを忘れずに行い、十分な睡眠をとり、インフルエンザにかからずこの冬を乗り切りましょう!!

なかじまクリニック小児科・循環器科



なかじまクリニック小児科・循環器科

