



朝、夕の心地よい風によろしく秋を感じるようになりました。この時期は1日の気温差が大きいので服装で調節するなど季節の変わり目を元気に過ごしたいですね。

最近、インフルエンザやコロナなどの感染症が同時に流行しているようですね。お出かけの際などは感染対策をして楽しみたいですね。今月号はインフルエンザについて紹介したいと思います。

### インフルエンザについて

インフルエンザは呼吸器の感染症で、気管支炎や肺炎・脳炎・中耳炎を起こすなど**重症化しやすい病気**です。約1日～4日の潜伏期間の後、高熱・だるさ・のどの痛み・頭痛など出ます。腹痛や嘔吐などの症状が出ることもあります。熱は4～5日続くことが多く、小児の場合はいったん解熱した後数日後に再び発熱することがあります。



#### すぐに受診！！

- 呼吸が苦しい
- 痙攣している
- 呼びかけてもぼんやりしている
- つじつまの合わない事を言うなど動き回るなど異常言動



#### おうちケア♥

##### 見守り・安静・水分補給

- 熱をこまめに測りましょう
- 水分補給はこまめに
- 熱の出始めは、寒気がして震えるので保温を。手足が熱く顔も真っ赤になってきたら薄着にし首や脇の下、足の付け根を冷やしましょう

### インフルエンザ予防接種について

インフルエンザにかかりにくくなることで、結果的に肺炎や脳炎などの合併症の予防効果が期待できます。生後6か月以降で接種可能です。13歳未満は原則2回（2～4週の間隔をあける）が必要です。

流行する型が違うので**毎年接種**が必要です。接種後2週間から5ヶ月程度効果があります。かかりつけ医で接種を開始しましょう。強い卵アレルギーのある人は注意が必要なので医師に相談してください。



りんりんでは、季節に関わらずこまめな水分補給を心がけています。体調不良時には脱水なども心配されますので多めに水分の準備をお願いいたします。

### 9月の利用状況

風邪	29名
胃腸炎	12名
インフルエンザA	12名
下痢	3名
ウイルス感染症	2名
アデノウイルス	2名



あずかるこちゃん



@RINRIN.SUZUKI