

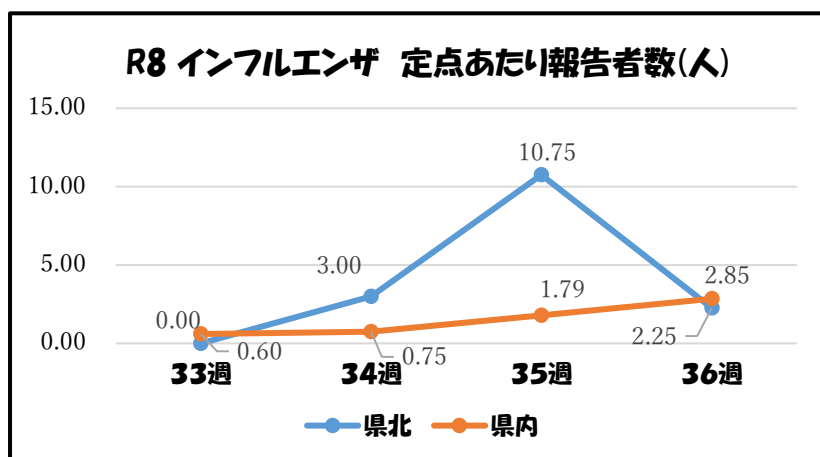
県北管内感染症ニュースレター

令和8年度 第7号

インフルエンザが早くも流行している？！

インフルエンザは例年、冬に流行のピークを迎えますが、県内では患者の報告数が増え、昨年よりも1か月半ほど早い流行入りとなりました。秋は、夏の疲れや朝晩の寒暖差、空気の乾燥などから免疫力が下がる時期です。更なる感染の拡大を防止するため、体調不良の場合には出勤や登校を控えるなど体調管理に留意するとともに基本的な感染対策の徹底をお願いします。

インフルエンザの発生状況は？



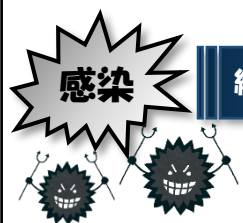
県北管内の定点あたり報告者数(35週)は**10.75**でした。
管内の小中学校で流行がみられます。



※1定点あたりの報告数が流行開始の目安となる1.00を上回りました。

インフルエンザはどんな病気？

インフルエンザウイルスによる感染症です。感染経路については、感染した人の咳やくしゃみ等のしぶきを吸い込むことによる**飛沫感染**や、ウイルスが付着した手で口や鼻に触れることによる**接触感染**が知られています。子どもでは稀に急性脳症を、**高齢者や免疫力の低下している方は、肺炎を伴う等、重症化する場合があります。**



感染

約1~4日

発症

約1~2日

約1週間



- 38度以上の高熱
- 全身倦怠感
- 関節痛、筋肉痛、頭痛



- のどの痛み、鼻水、咳などの一般的なかぜ症状もみられる

※上記の症状が**比較的急速**に現れる

発症前日から発症後3~7日間は鼻やのどからウイルスが排出するといわれています。

出席停止期間:発症後5日を経過し、かつ解熱後2日間(幼児は解熱後3日間)

予防のために普段からできることは？

★咳エチケット

咳やくしゃみ等の症状がある時は、マスクを着用したり、ティッシュ等で鼻や口を覆うようにしましょう。



★マスクの着用

医療機関や高齢者施設等へ訪問する際は、マスクの着用を推奨します。



★手洗い等の手指衛生

インフルエンザウイルスには、アルコール製剤による手指衛生も効果があります。



★こまめな換気

換気扇の使用、窓開けによる換気（対角線上にあるドアや窓を2か所開放すると効果的）



★適度な湿度の保持

適切な湿度（50～60%）を保つことが効果的です。



★十分な休養



★バランスの良い食事



★予防接種

発症をある程度抑える効果や重症化を予防する効果があります。ワクチン接種による効果が出るまでに、接種後2週間程度の期間がかかります。ワクチンの効果はその後約5か月間持続します。

予防接種について

不活化ワクチン



対象年齢：生後6か月以上
接種方法：皮下注射
接種回数：13歳未満 2回
13歳以上 1回

生ワクチン

（経鼻弱毒生ワクチン）

対象年齢：2歳以上19歳未満
接種方法：鼻の中にスプレーで吹きかける
接種回数：1回

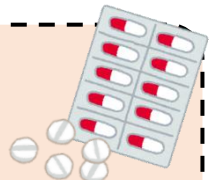
注射の痛みがない！



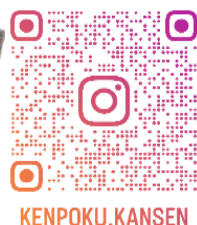
65歳以上の方等は、市町村によって接種費用の補助を行っている場合がありますので、お住まいの市町村窓口へお問い合わせください。

症状が現れたら、早めに内科や小児科を受診しましょう！

発症から48時間以内に抗インフルエンザウイルス薬を飲み始めれば、発熱期間の短縮などの効果が期待できます。



インスタフォロー
お願いします！



KENPOKU.KANSEN

発行日：令和 8年 9月 9日

発行元：福島県県北保健所医療薬事課

住所 〒960-8012 福島市御山町8-30

電話 024-534-4113