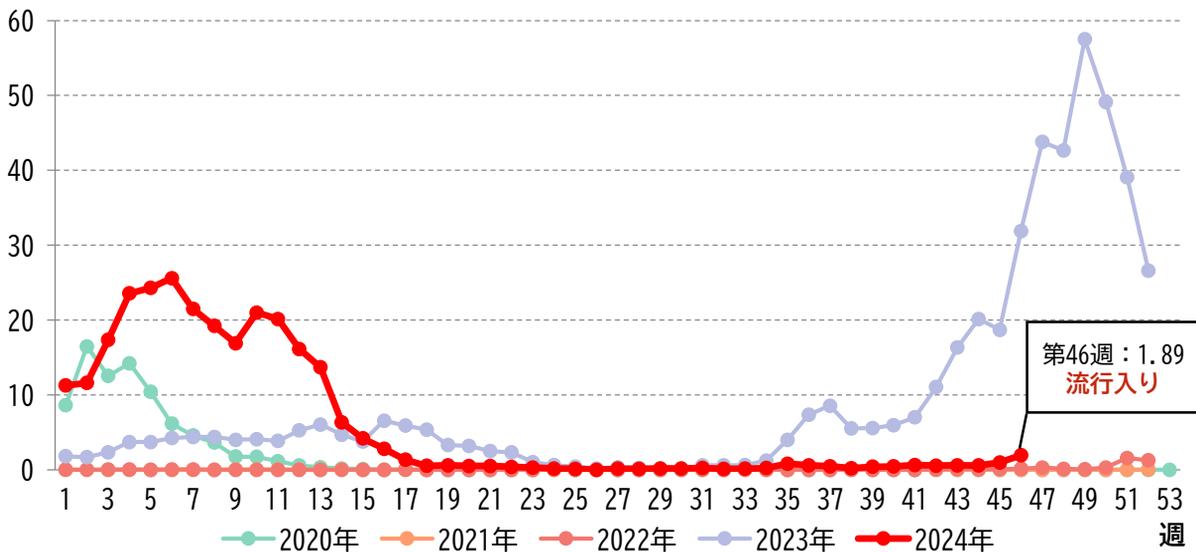


# 季節性インフルエンザが流行中

宮城県では、第46週の1定点医療機関あたりの季節性インフルエンザ患者数が1を超え、**流行入り**しました。例年、3月頃まで流行が続きますので、適切な感染対策を行い、感染拡大を予防しましょう。

## 宮城県での1 定点医療機関あたりの季節性インフルエンザ患者数



## 季節性インフルエンザとは

**原因**：インフルエンザウイルス

**流行期**：例年は11月下旬から3月頃まで流行します。

通常、流行のピークは1月から2月頃で、4月から5月頃にかけて減少します。

**症状**：1～3日間の潜伏期の後、38℃以上の発熱、咳、のどの痛み、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。多くの場合、約1週間で軽快しますが、重症化すると、肺炎や脳症等を起こすことがあります。

基礎疾患(持病)のある方や乳幼児、高齢者は重症化のリスクが高くなります。

**感染経路**：飛沫感染（感染者の咳やくしゃみに含まれるウイルスを吸って感染）

接触感染（感染者のくしゃみや鼻水等で汚染された物を他の人が手で触り、その手で鼻や口を触ることでウイルスが体内に入って感染）

## 予防のポイント



### 手洗い

外出後や食事前など、石けんによるこまめな手洗いやアルコール製剤による手指消毒を徹底しましょう。



### 換気

こまめに換気を行い、新鮮な空気と入れ替えることを心がけましょう。



### 咳エチケット

マスクは不織布マスクを使用し、鼻と口の両方を確実に覆い、フィットするよう調節しましょう。



### 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ので、接種を検討しましょう。