

ほげせより

仙台市立東仙台小学校

保健室

2011.1.24(月)

仙台市内の小中学校でも、インフルエンザによる学級閉鎖の情報がぎかれます。
東仙台小学校でも、インフルエンザのお子さんがでてきました。

インフルエンザはこんなびょうき

- とつぜん熱が高くなったり、からだがかたくなったり、頭痛・筋肉痛などの症状がでます。高い熱は数日つづきます。
- 熱のにお子さんのお母さんが「朝は、元気だったんです。」といくらいとつぜんです。



+

早めに病院へ

すぐに治ると思わずに早めに対応することが大切です。インフルエンザの場合、薬局のかぜ薬では治りません。

おむかえの連絡

学校で急に熱がでた時は、おうちの方にむかえに来ていただきます。連絡先がかわったりその日不在になる時は、あらかじめ連絡先をお子さんに知らせて下さい。

かかってしまったら...

からだをしっかりと休ませることが大切です。暖かくして、じゅうぶんな睡眠をとりましょう。高熱は脱水症状になりやすいので、水分をじゅうぶんとりましょう。

ねつがさがっても...

インフルエンザにかかったら、3~7日間はからだの中にウイルスがいるのでまわりにつす可能性ががあります。熱が下がっても、2日間はお家で安静にしましょう。