

インフルエンザ（A 香港型 [H3N2]、A/H1N1 2009、B 型）およびその疑いとされた方へ （成人・思春期用）

- 解熱剤なしで熱が下がってから 24 時間以上経過するまで（現実的には 2 日間）は自宅（換気を良好に、なるべく個室）で待機し、学校・職場に行かない ください。
- 介護にはできるだけ今シーズンすでに罹ったかワクチンを打って 2 週間以上経っている人がよい。妊婦や高齢者、持病のある方はなるべく介護をしないでください。介護にはマスクを着用。ドアノブ、キーボード、リモコン、机の上など よく触る部分を毎日（ウエットティッシュなどで）清拭 してください。患者さん、介護する方とも頻回の手洗いを。自分の目や口や鼻に触れない ことも重要です。
- 患者さんが人と会わなければならないとき、トイレなどで部屋を出なければならないときは、苦しくなければマスクをして下さい。マスクがない場合は咳、くしゃみの時、ティッシュで鼻と口を覆ってください。最低 1 メートル、できれば 2 メートル他の人と離れるよう心がけてください。
- 抱き合う、握手、食器の共用はおやめください。食器、衣類は通常の洗浄法できちんと。
- 以下のような症状がひとつでも現れたならば、重症の可能性あります。当院またはたの医療機関を速やかに受診してください。

息苦しさや息切れが出てきた。

胸や腹の圧迫感や激痛がある。

突然めまいがしてくる。

混乱、あるいは錯乱状態になる（わけのわからないことを言う）。

嘔吐がひどかったり、何度も繰り返す。

高い熱が 3 日以上続く、またはいったん収まった熱や咳がぶり返してくる。

タミフル®、リレンザ®、またはイナビル®を投与された方へ

これらの抗ウイルス薬を使用することにより、体内でのインフルエンザウイルスの増殖を抑えることができます。これらは症状が出て、48 時間以内に開始するとより効果的です。持病がなく健康で、症状が軽い方は、インフルエンザと診断されても飲まなくてもよい場合があります。これらの主な副作用としては頭痛、吐き気、下痢などがあります（5-10%）。未成年の方は異常行動が見られないか、服用開始後 48 時間は保護者の監視の下においてください。リレンザ®はまれながら吸入時、気管が縮まり、呼吸困難、窒息を起こすことがあります。タミフル®、リレンザ®共、重大な副作用がない限り、できる限りきちんと 5 日間服用、吸入 してください。新しいタイプの吸入薬、イナビル®は 1 回（4-8 吸入）で治療が終了しますが、副作用は異常行動を含め、まだ十分にわかっていません。これらの抗ウイルス薬はあなた自身の治療目的以外（他の人への譲渡など）には使用しないでください。

心療内科・内科 リエゾン メディカル丸の内

〒460-0002 名古屋市中区丸の内二丁目 18-15 51KT ビル 4F

Tel.052-220-0255 Fax 052-220-0256

インフルエンザ（A 香港型 [H3N2]、A/H1N1 2009、B 型）およびその疑いとされたお子様と保護者の方へ（10 歳未満の小児用）

- 解熱剤なしで熱が下がってから 24 時間以上経過するまで（現実的には 2 日間）は自宅（換気を良好に、なるべく個室）で安静にし、学校・託児所等に行かせないでください。
- 介護にはできるだけ今シーズンすでに罹ったかワクチンを打って 2 週間以上経った人がよい。妊婦や高齢者、持病のある方はなるべく介護をしないでください。介護にはマスクを着用。ドアノブ、キーボード、リモコン、机の上などよく触る部分を毎日（ウェットティッシュなどで）清拭してください。患者さん、介護する方とも頻回の手洗いを。患者さん自身の目や口や鼻に触れさせないことも重要です。
- 患者さんが人と会わなければならないとき、トイレなどで部屋を出なければならないときは、苦しくなければマスクをして下さい。マスクができない場合は咳、くしゃみの時、ティッシュで鼻と口を覆ってください。最低 1 メートル、できれば 2 メートル他の人と離れるよう心がけてください。
- 抱き合う、握手、食器の共用はおやめください。食器、衣類は通常の洗浄法できちんと。
- 以下のような症状がひとつでも現れたならば、重症の可能性あります。当院または他の医療機関を速やかに受診してください。

呼吸が速かったり、呼吸しにくそうに見える。

皮膚の色が青ざめてくる。

水分が十分取れない。

痙攣を起こしたり、起きなかつたりして意思疎通ができない。

むずかって抱っこされたがらない。

高い熱が 3 日以上続く、またはいったん収まった熱や咳がぶり返してくる。

熱とともに発疹が出てくる。

タミフル®、リレンザ®、またはイナビル®を投与された方へ

これらの抗ウイルス薬を使用することにより、体内でのインフルエンザウイルスの増殖を抑えることができます。これらは症状が出て、48 時間以内に開始するとより効果的です。持病がなく健康で、症状が軽い方は、インフルエンザと診断されても飲まなくてもよい場合もあります。これらの主な副作用としては頭痛、吐き気、下痢などがあります（5-10%）。10 歳未満の方でも異常行動がないか、服用開始後 48 時間は保護者の監視の下においてください。リレンザ®はまれながら吸入時、気管が縮まり、呼吸困難、窒息を起こすことがあります。タミフル®、リレンザ®共、重大な副作用がない限り、できる限りきちんと 5 日間服用または吸入させてください。新しいタイプの吸入薬、イナビル®は 1 回（4-8 吸入）で治療が終了しますが、副作用は異常行動を含め、まだ十分にわかっていません。これらの抗ウイルス薬は患者さん自身の治療目的以外（他の人への譲渡など）には使用しないでください。

心療内科・内科 リエゾン メディカル丸の内

〒460-0002 名古屋市中区丸の内二丁目 18-15 51KT ビル 4F

Tel.052-220-0255 Fax 052-220-0256