

インフルエンザについて

保健センター

今シーズンもインフルエンザの流行時期が近づき、今後患者数が増加していくと予想されています。流行前の今から感染予防に努めましょう。

まずは、こまめな手洗い、うがいを心がけましょう。また、体調を整え、規則正しい生活を心がけ、感染しづらい体づくりを目指しましょう。

予防にはインフルエンザワクチンの接種が有効です。医療機関ではすでに接種が始まっています。早めに相談してみましょう。

インフルエンザワクチンは「接種すれば絶対にかからない」というものではありませんが、発病を予防する効果があり、かかったとしても症状が重くなるのを防いでくれます。

予防接種の効果が出るまでには2週間を要しますので、早めに受けるようにしましょう。

もしかかってしまった場合には外出を控えましょう。また、咳エチケット・マスク着用にも努めましょう。感染を防止し、拡大させないように十分な注意をしましょう。

詳細な症状や注意点などについては、下記のwebサイトを参照してください。

<参考>

[中央大学保健センター「インフルエンザについて」](#)

[中央大学保健センター「感染症による出校停止と諸手続について」](#)

[東京都感染症情報センター インフルエンザ](#)

[厚生労働省 インフルエンザ\(総合ページ\)](#)

[国立感染症研究所 インフルエンザとは](#)