

# 2月号 ハートケアたより

25年2月10日  
株式会社ハートケア

## ここにきて大流行！！ インフルエンザ！！

インフルエンザが大発生しています。多くの介護施設や老人ホーム、プライベートでの友人知人など様々なところでインフルエンザの話を聞きます。ハートケアの各施設でも職員一同気を引き締めなおし業務に勤めております。

ここで簡単に《インフルエンザ》の特徴・症状などをご紹介します。

### 高熱！

いわゆる風邪とインフルエンザの症状は、咳、喉の痛み、発熱するなどは変わりません。違うのは体温上昇の程度です。インフルエンザでは発熱するとすぐに38℃を越えてしまいます。人の体温は目覚めたときより夕方の方が高くなりますが、朝から38℃以上の発熱があった場合は要注意です。

### インフルエンザの潜伏期間は1～2日

潜伏期が極めて短いのが特徴です。感染して1～2日後に体のだるい感じや寒気、のどや鼻の乾いた感じ(前駆(ぜんく)症状という)が出ますが、その時間は短く、突然38～40℃にも及ぶ高熱が出て、強いだるさや消耗感、筋肉痛、関節痛などが出ます。普段健康な若い人でも寝込んでしまうほどの症状が3～5日も続きます。解熱薬などで解熱してもしつこく何度も再発熱し、体力の消耗はさらに強くなります。

### 潜伏期間中でも感染する可能性あり！

発症する1日前から発症後5～7日頃まで周りの人にうつしてしまう可能性があり、特に発症してから最初の3日間ほどが最も感染力が高いと考えられます。

### インフルエンザのA型B型C型とは、、、

#### <A型>

とても危険性が高い  
ウイルスが変化しやすく  
世界的に流行することが  
あるので注意が必要

#### <B型>

危険性は高い  
症状が重くワクチンに含まれ  
ているが一度罹ると、二度目  
の感染の確率は低い

#### <C型>

危険性は低い  
症状が軽くて多くの人が免疫  
を持っているのでワクチンの  
対象になっていない。

### 症状としては、、、

- 時間帯を問わず、38℃を越える高熱がある
- 頭痛
- 鼻水(ウイルスがいるので感染性あり！)
- 関節痛・筋肉痛

- 寒気・震え(特に発熱する直前)
- 喉の痛み
- くしゃみ(ウイルスがいるので感染性あり！)
- 倦怠感
- 咳(起こらない場合もある)

# ハートケアのフェイスブックのご紹介！



株式会社ハートケア  
いいね！ 15人 · 話題にしている人2人

カバーを追加

いいね! しました    メッセージ

株式会社ハートケアに関する情報を追加

基本データ

写真    いいね! 15



株式会社ハートケア  
2月4日

つけ鴨うどん『鴨錦』恵比寿店！  
社食にすすめていただき食べてきました！  
めっちゃめっちゃ美味しかったです！！



いいね! · コメントする · シェア

3人がいいね!と書いています。

株式会社ハートケア よりいいね!  
2月4日 13:13 · いいね!



株式会社ハートケア  
1月23日



いいね! · コメントする · シェア

2人がいいね!と書いています。

株式会社ハートケア 高野町の森山さん、いつもキレイにありがとうございます  
1月23日 13:55 · いいね!

コメントする...

上の画像は全てパソコン画面からの切り抜きで多少画像が荒いですが、このような写真を随時撮影し投稿しております。施設内での風景や施設近隣のおすすめスポットなど様々な写真を投稿していきますのでお持ちのパソコンやスマホなどから観覧できますので是非ご覧ください。

《株式会社 ハートケア》でお探してください！！