

インフルエンザが全国で猛威を振るっています

厚生労働省によると、1月8日からの1週間で、インフルエンザの推定患者数は171万人に上り、ウイルスの検出状況では、A型が最も多く、B型、A香港型と発表。嶺北地域ではB型が流行しています。インフルエンザの理解を深め、正しい知識や予防法を身につけましょう。

早明浦病院 感染対策委員会委員長 小笠原寿美



インフルエンザとは

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスによって引き起こされる呼吸器感染症です。風邪に比べ症状が重く、乳幼児や高齢者では気管支炎や肺炎などを併発し重症化することもあります。

季節性インフルエンザは、主に冬場に流行しますが、殆どの方は、1度かかるとその原因となったウイルスに対して抵抗する力が高まるため従来から流行している季節性インフルエンザに対しては、多くの人が免疫を持っています。その症状は、38度以上の急な高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、倦怠感などの全身症状が急激に現れるのが特徴です。やや遅れて咳、鼻水、のどの痛みなどの症状もみられます。腰痛や吐き気などの消化器症状を訴えることもあり、潜伏期間は1〜4日(平均2日)で多くの場合1週間程度で回復します。

治療方法は

治療はインフルエンザウイルスの増殖を抑える抗インフルエンザウイルス薬で治療します。現在、日本で使用されている抗インフルエンザウイルス薬には、点滴・内服薬・吸入薬があります。インフルエンザを疑うときは、安易に風邪と判断せずに医療機関を受診し、発症後48時間以内に抗インフルエンザウイルス薬の内服・吸入をすれば、症状が軽減され、早く治ることが期待できます。早めに治療することは自分

感染経路は

インフルエンザは、インフルエンザに感染している人の咳やくしゃみ、会話の時に空气中に拡散されたウイルスを鼻腔や気管などの気道に吸入することで感染します。感染の多くは、この飛沫感染によると考えられています。また、ドアノブなどの環境表面についていたウイルスへの接触により、鼻や口などの粘膜や傷口などを通して感染する接触感染もあります。

予防するには

- ・ 人混みを避ける
- ・ 外出時にはマスクを着用
- ・ 帰宅時、手洗い・うがい
- ・ 栄養と休養を十分とる
- ・ 室内の加湿とこまめな換気

予防接種について

ワクチンを接種したからといって100%かからないわけではありません。発症や重症化を防ぐためにも流行前にワクチン接種することは大切ですが、摂取してからワクチンの効果が出るまで2週間ほどかかり、流行期である1〜2月に効果が出るよ

かかってしまったら

- ・ 安静にして休養を取ること、特に睡眠が重要
- ・ 部屋の温度・湿度を適切に
- ・ しっかりと水分補給をする

【異常行動について】

小児・未成年者において、インフルエンザ発症後にお薬の内服の有無に関わらず、「異常行動」などの精神・神経症状が発現することが知られています。インフルエンザによる発熱後数日以内、または睡眠中に発現することがあるといわれています。そのため異常行動による転落を防ぐためにも、インフルエンザと診断されたから少なくとも2日間、保護者の方は就寝中を含め、小児・未成年者を一人きりにさせないようにしましょう。

