

インフルエンザ



インフルエンザとかぜの違いは？

インフルエンザはよく普通のかぜ(普通感冒)と誤解されますが、ウイルスの種類が異なり、高熱がでるだけでなく、場合によっては重症化、合併症をも引き起こす恐れのある感染症です。



	インフルエンザ	かぜ
感染経路	くしゃみや咳、痰などによる飛沫感染、空気感染が中心。接触感染。	手から手による接触感染の頻度が高い。飛沫感染もある。
はじめの症状	発熱、悪寒、頭痛	鼻やのどの乾燥感、くしゃみ
主な症状	発熱、筋肉痛、関節痛	鼻水、鼻づまり
潜伏期間	1日～3日(平均2日間)	2～5日
合併症	気管支炎、インフルエンザ肺炎、細菌性脳炎、脳症	まれ
病原体	インフルエンザウイルスA,B	RSウイルス、アデノウイルス、コロナウイルス等
治療	抗ウイルス薬 (リン酸オセルタミビル 商品名:タミフル)	かぜのウイルスに効果のある薬はないため、症状を緩和させるための薬での治療となる。



予防方法は？

日常生活でできる予防法

日常生活ではまず、体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。また、インフルエンザウイルスは湿度に非常に弱いので、室内を加湿器などを使って適度な湿度に保つことは有効な予防方法です。

1 栄養と休養を十分に取る

体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。

2 人ごみを避ける

病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

3 適度な温度、湿度を保つ

ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空気中を漂っています。加湿器などで室内の適度な湿度(約50～60%)を保ちましょう。



4 外出後の手洗いと、うがいの励行

手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。



5 マスクを着用する

ハイリスク群などどうしても予防が必要な方はマスクを着用しましょう。

罹患した人では、咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果もあります。

『人に対して』という意味で『エチケットマスク』などといわれることもあります。



ハイリスク群とは・・・

65歳以上の高齢者、**妊娠28週以降の妊婦**、慢性的な肺・心臓・腎臓などの病気、代謝異常(糖尿病など)、免疫状態の低い患者さんのことです



ワクチンによる予防

最も確実な予防は流行前にワクチン接種を受けることです。

特に、高齢者や心臓や肺に慢性の病気を持つ人、気管支喘息をもつ小児などのハイリスク群は、重症化を防ぐためにも医師と相談の上、早めに接種することが望ましいと考えられます。



接種スケジュール

インフルエンザワクチンは接種してから実際に効果を発揮するまでに約2週間かかります。ワクチンには2回接種と1回接種(中学生以上は1回でもよい)があり、2回接種する場合は2回目は1回目から1~4週間あけて接種します。流行期間が12~3月ですから、11月中旬頃までには接種を終えておくことより効果的でしょう。また、流行してからの接種は、抗体価が十分上がる前に感染する危険性がありますが、抗体価が上昇していれば症状が軽くなります。

▼ワクチン接種のタイムスケジュール(例)



インフルエンザかな?と思ったら・・・

インフルエンザの症状がでたら、早めに医師の診断を受けるようにしましょう。

発症から48時間以内であれば、インフルエンザウイルスの増殖を抑える薬が処方されるようになります。早ければ早いほど効果的です。

県内の病院・診療所に関する情報や、医療に関する情報提供

<http://www.qq.pref.nara.jp/qq/men/qqtqpmenuult.aspx>

奈良県 広域災害・救急医療情報システム

次の場合は注意しましょう！

インフルエンザは普通の風邪と違って怖い感染症。特に小さなお子さんの場合、**処置が遅れると、インフルエンザ脳症をはじめ様々な合併症や重症化**を招く恐れがあります。お父さん、お母さんをはじめ周りの方が注意してあげてください。



小さな子どもにアスピリン入りの解熱剤やかぜ薬を飲ませる

急性脳症を引き起こす可能性があります。他の一部の解熱剤(ジクロフェナクナトリウム、メフェナム酸)にも脳症の状態を悪化させるものがあるので、解熱剤の使い方は、医師に必ず相談しましょう。



子どもが突然吐いたり、ぐったりしている

お子さんがお茶やジュースなどを飲んですぐに吐いたり、ぐったりしていたり、けいれんを起こしたときは、インフルエンザ脳症を合併症している可能性がありますので、早めにお医者さんに診てもらいましょう。



病院でもらった抗生物質が残っていたので飲ませる

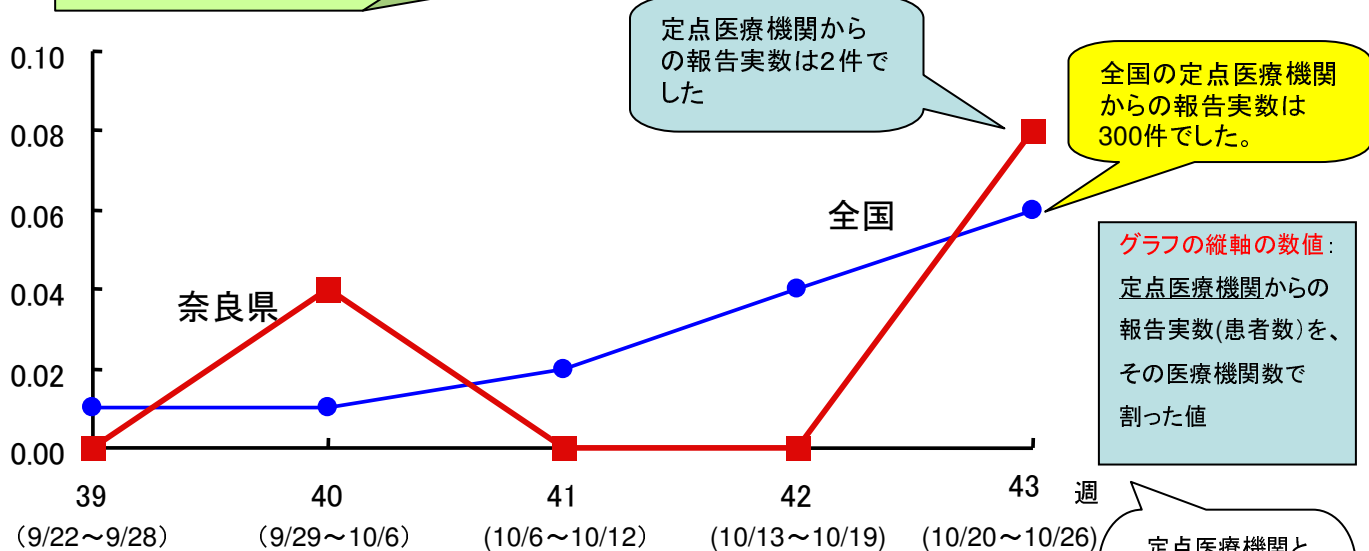
抗生物質は細菌に効果のある薬です。やはり医師に相談して、内服しましょう。

学校保健法における取り扱い

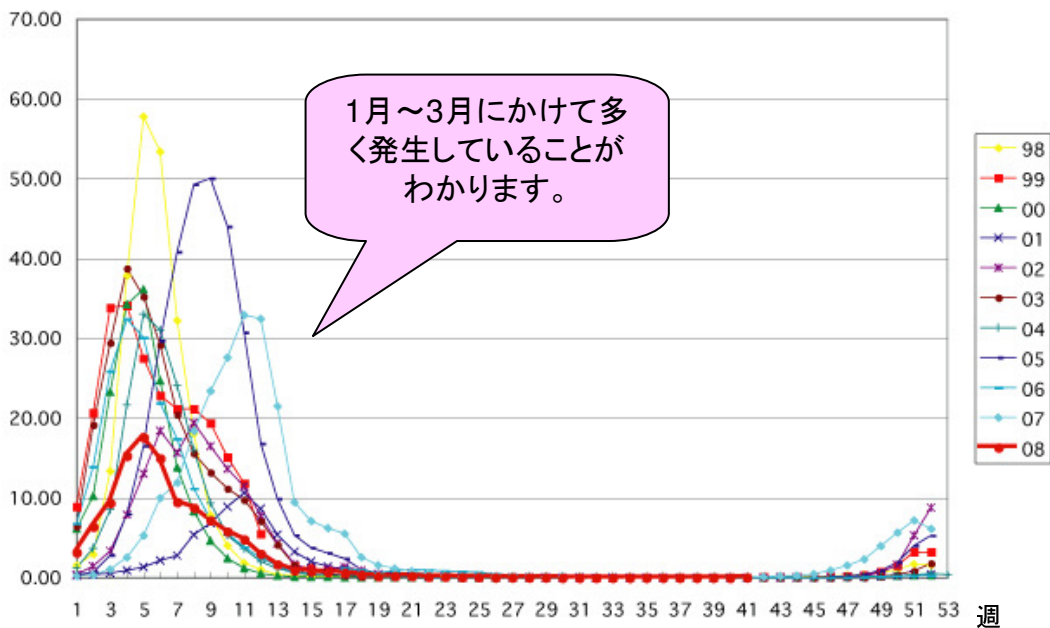
学校保健法では、**第二種伝染病**に位置づけられており、**解熱した後2日を経過するまで**を出席停止とされています。

ただし、病状により学校医その他の医師において伝染の恐れがないと認められたときは、この限りではありません。

インフルエンザ発生状況



国内における過去10年間の比較グラフ (週報)



国立感染症研究所
感染症情報センター

もっと詳しい情報はこちらへ...

<http://www.nara.med.or.jp/kansenmokuji2/index1.html> 奈良県感染症情報へ
http://idsc.nih.gov/idwr/kansen/k05/k05_08/k05_08.html 国立感染症研究所
 感染症情報センター 『感染症の話』へ
<http://idsc.nih.gov/disease/influenza/fluQA/index.html> 国立感染症研究所
 感染症情報センター インフルエンザQ&A
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou01/index.html> 厚生労働省
 インフルエンザ対策へ

奈良県郡山保健所
 健康増進課 感染症係
 TEL:0743-53-2701(代表)