

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る急性感染症の一種で流行性感冒(りゅうこうせいかんぼう)、略称・流感(りゅうかん)ともいう。発病すると、高熱、筋肉痛などを伴う“かぜ”の様な症状があらわれる。

インフルエンザと“かぜ”(普通感冒)とは、原因となるウイルスの種類が異なり、通常の“かぜ”(普通感冒)は手から手による“接触感染”多く、のどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは主に“飛沫感染”により感染し、急に38~40度の高熱がでるのが特徴です。

さらに、倦怠感、筋肉痛、関節痛などの全身症状も強く、これらの激しい症状は通常5日間ほど続きます。

また、気管支炎や肺炎を併発しやすく、重症化すると脳炎や心不全を起こすこともあり、体力のない高齢者や乳幼児などは命にかかわることもあります。

インフルエンザの予防

1. 栄養と休養を十分取る

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中を漂っています。加湿器などで室内の適度な温度を保ちましょう。

4. 外出後の手洗いとうがいの励行

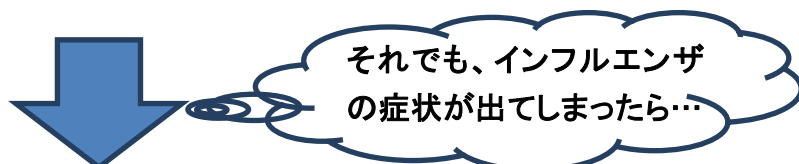
手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。

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厚手のマスクを着用しましょう。咳やくしゃみの飛沫から人に感染するのを防ぐ効果もあります。

6. 予防接種を受ける

インフルエンザの最も確実な予防は、ワクチン接種を受けることです。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。



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した。早ければ早いほど効果的です。

インフルエンザの治療法

1. 対症療法

高熱や痛みに対しては解熱鎮痛剤などが使われます。解熱鎮痛剤は症状を緩和させる対症治療であり、インフルエンザそのものを治しているわけではありません。抗生物質も、細菌が原因の合併症には有効ですが、インフルエンザのウイルスには効果はありません。

なお、小児のインフルエンザに対する解熱剤としてのアスピリンの使用は、世界的に控えられています。我が国では小児に対してはジクロフェナクナトリウム・メフェナム酸なども使用しない方がよいとされています。

2. 抗ウイルス薬による治療

抗ウイルス薬は体内でインフルエンザウイルスの増殖を抑える薬で、病気の期間と症状の重さを軽減する効果が優れています。インフルエンザウイルスの増殖を阻害する A、B 型に共通な抗インフルエンザウイルス薬があり、吸入薬と経口薬、小児用のドライシロップが使用できます。

A 型にのみ効果がある抗ウイルス薬の経口薬もあり、いずれも健康保険が適用されます。ただし、治療効果をあげるためには症状がでてからなるべく早く服用する事が大切です。インフルエンザウイルスは体の中で急激に増殖する特徴があり、早期であればあるほど、体の中にかかえるウイルスの量が少ないので治療効果があがります。

しかし、実際には「たいしたことはない」「今日は忙しい」などといって病院に行くのが遅くなりがちです。

早めに病院行って医師に相談するようにしましょう。特にハイリスク群に当てはまる人は、ただちにかかりつけの医師か専門医に診てもらいましょう。

判断は間違ってますか？

予防接種を受けたのでインフルエンザにはかからない⇒

 誤り

予防接種を受けることでインフルエンザにかかりにくくなり、かかっても重くならなくなります。しかし、流行した型が違う場合など、100%かからないわけではありませんから注意が必要です。

小さな子供にアスピリン入りの解熱剤や風邪薬を飲ませる⇒

 危険!

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・メフェナム酸など）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。

子供が突然吐いたが寝かせていた⇒



お子さんがお茶やジュースなどを飲んですぐに吐いてしまったり、けいれんを起こしたなどのときはすぐにお医者さんに診てもらいましょう。脳症の合併症の可能性を考える必要があります。

以前に病院などでもらった抗生物質の残りを飲む⇒



抗生物質は細菌に効果のある薬です。ウイルスには効きません。

市販のかぜ薬でインフルエンザをなおす⇒



市販のかぜ薬は熱、咳、鼻水などの症状を抑える薬です。インフルエンザに直接効くものではありません。

(参考資料:中外製薬 HP)