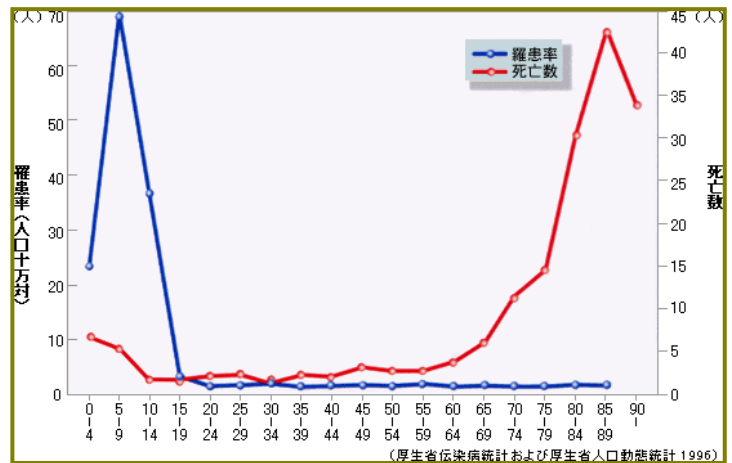


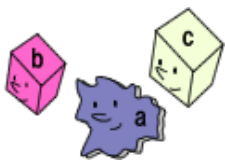
### ●甘くみると怖いインフルエンザ

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスの感染によっておこる病気です。主な症状としては、高熱(38~40度)や頭痛、筋肉痛、全身倦怠感などの全身症状と、のどの痛み、咳や痰などの呼吸器の急性炎症症状などがみられます。通常のかぜと比べ、症状が重く、全身症状も顕著に現れます。そのため、高齢者がかかると肺炎を併発したり、持病を悪化させたりして重篤になり、最悪の場合は死に至ることもあります。インフルエンザは、国民の健康に大きな影響を与えるおそれがある感染症のひとつとして、法律(感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律)で「五類感染症」に定められています。

インフルエンザの年齢別罹患率および死亡数



### ●インフルエンザの種類と特徴



インフルエンザウイルスは大きく分けて、A型・B型・C型の3種類があります。このうちヒトの世界で流行を起し問題となるのは、A型とB型です。た、A型ウイルスは表面構造の違いによりさらに何種類かに分類されます。現在は、A/H1N1(ソ連)型ウイルスとA/H3N2(香港)型ウイルス、及びB型ウイルスの3種類が流行しています。

種類	性質	流行の状況など
A型	非常に変異しやすい	毎年流行するほか、爆発的な大流行がある。また、細菌性の肺炎を高率に併発するため高齢者は死亡するケースもある。
B型	変異しにくい	散発的に小流行を繰り返す(最近は2年に1度の流行)。
C型	変異しにくい	症状は通常のかぜに似ているが、大きな流行はおこさない。

### ●新型インフルエンザへの対応策

インフルエンザウイルスの遺伝子情報が子のウイルスにコピーされる時に、遺伝子情報が変更され性質が変わる(変異する)ことがあります。これがヒトからヒトへ感染する新しいインフルエンザが出現した場合を、「新型インフルエンザ」といいます。予防法は通常インフルエンザと同じです。しかし、この場合ヒトは全く抗体を持っていませんのでワクチンを接種する必要があります。



現在のワクチンは新型インフルエンザには効きませんが、新型インフルエンザに効くワクチンを早期に実用化するために、世界中で研究が行われています。新型インフルエンザの治療には、抗インフルエンザ薬(ノイラミニダーゼ阻害薬)が有効であると考えられています。このため、国や一部の自治体では、抗インフルエンザ薬の備蓄を行っています。

## ●日常生活で出来るインフルエンザ予防法

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、室内を適度な湿度に保つことは有効な予防方法です。

栄養と休養を十分取る



人ごみを避ける



適度な温度・湿度



手洗いとうがい



マスクの着用



## ●ワクチンによるインフルエンザ予防

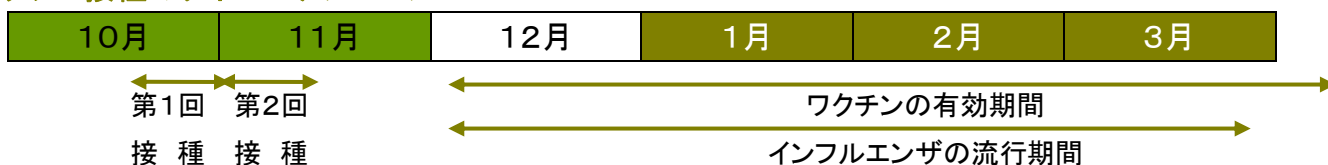
最も確実な予防は流行前にワクチン接種を受けることです。特に、高齢者や心臓や肺に慢性の病気を持つ人、気管支喘息を持つ小児など、インフルエンザに感染すると重症化や合併症を引き起こす可能性の高いグループは日ごろから予防を心がけるだけでなく、重症化を防ぐためにも医師と相談のうえワクチンを接種することが望ましいと考えられます。

重症化や合併症を引き起こす可能性の高いハイリスク群

- 65歳以上の高齢者
- 妊娠
- 慢性肺疾患(肺気腫、気管支喘息、肺線維症、肺結核など)
- 心疾患(僧帽弁膜症・鬱血性心不全など)
- 腎疾患(慢性腎不全・血液透析患者・腎移植患者など)
- 代謝異常(糖尿病・アジソン病など)
- 免疫不全状態の患者

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



## ●かかった時には早めに医師の診断と処方

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。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。



	塩酸アマンタジン	ノイラミターゼ阻害剤
特徴	● A型インフルエンザウイルスに有効	● A・B型インフルエンザウイルスに有効
短所	● 発病後48時間以降の服用では効果がない ● 耐性がおこりやすい	● 発病後48時間以降の服用では効果がない

バックナンバーはホームページよりダウンロードできます。  
定期購読を希望される方や内容についてのご質問がございましたらお気軽にお問い合わせください。