

インフルエンザを予防しよう

● 感染予防

【石けんで手洗い】

・ウイルスが付着した手で口や鼻をさわると、感染につながります。外から帰ったら、石けんを使って流水で丁寧に洗いましょう。

【咳エチケット】

感染を広げないために...

- ・咳やくしゃみがでる時は、必ずマスクをつけましょう。(マスクは、使い捨ての不織布のものを使いましょう。)
- ・咳やくしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周囲の人から顔をそむけ1m以上離れましょう。
- ・使ったティッシュは、他の人が触らないようにフタ付きのゴミ箱へ捨てましょう。

【ワクチン接種】

効果が出るまで2週間程度かかるので、流行する前にワクチン接種を済ませましょう。ワクチン接種は、感染防御及び罹患した場合の重症化を防ぐのに効果があります。

● 感染経路

患者のくしゃみや咳により感染(飛沫感染)するほか、患者の鼻汁、唾などの分泌物に汚染された物品を介して感染(接触感染)します。

他人にうつす危険性が高いのは、発症してから3日間ですが、潜伏期間(発症前2日程度)から下熱後2日間までは、ウイルスが分泌物に含まれます。

乾燥した分泌物などに含まれるウイルスは、数時間感染性があります。手すりやドアノブなどから感染が広がりやすいので注意しましょう。

● 発生状況

例年、島根県では、12月下旬から流行が始まり、1月中旬から2月上旬をピークに3月末頃には流行が終息に向かいます。流行ウイルスがA型の場合は大きな流行を起こしやすく、また、A型はさまざまな亜型を持ち、しばしば抗原変異もみられます。B型は散発あるいは地域的な流行を起こし、しばしばシーズン遅くまで流行します。現在、ビクトリア系と山形系の2つのタイプが知られています。

● 臨床症状

典型的には、1~2日の潜伏期の後、突然の発熱で始まり、38℃を超える高熱となります。発熱は2~4日程度続き、その間に頭痛、咽頭痛、筋肉痛、関節痛、腰痛、全身倦怠感、悪寒などを伴います。解熱しても、咳、鼻汁が続き、健常人でも体調が回復するまでには1週間程度かかります。

一般的には、死亡率は高くありませんが、高齢者や糖尿病、心臓疾患、呼吸器などに基礎疾患を持っている人の感染、発症では、重症化や肺炎による死亡がみられます。また、小児期に比較的多い合併症として、中耳炎、副鼻腔炎、肺炎、熱性痙攣、急性脳症がみられます。

● 検査

咽頭拭い液や鼻腔拭い液を材料とした迅速検出診断キットにより、A型とB型のウイルス診断が可能になったため、効果的な治療が行われるようになってきました。

● 治療

従来の対象療法のほか、発症早期(48時間以内)に抗インフルエンザ薬としてノイラミニダーゼ阻害剤(タミフル等)の投与により、重症化の阻止が期待できます。

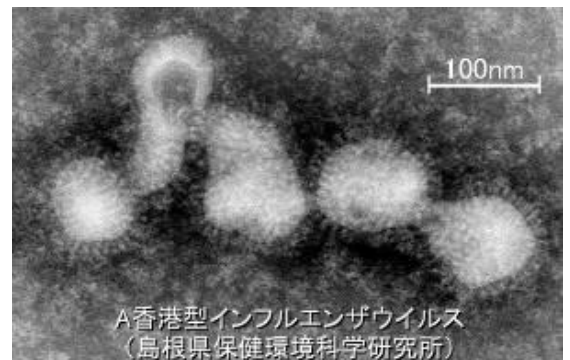
● 感染症法での取扱い

インフルエンザ定点把握の五類感染症で、患者数が定点から報告されています。また、学級閉鎖等の情報も教育委員会から保健所を通じて報告があり、流行状況が把握されています。



石けんで手洗い

咳エチケット
ひろげよう



A香港型インフルエンザウイルス
(島根県保健環境科学研究所)