

1. インフルエンザと普通のかぜの違いについて

インフルエンザと普通のかぜとは、原因となるウイルスの種類が異なる、違う病気です。通常の”かぜ”(普通感冒)はのどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは急な発熱(多くは 38 度以上の高熱)が特徴です。さらに、倦怠感、筋肉痛、関節痛など全身症状も強く、これらの激しい症状は通常 3~4 日間ほど持続した後、通常は 1 週間程度で治癒するといわれています。しかしながら、特に 65 歳以上の高齢者がかかると肺炎などを併発し重症化の可能性が高く、死に至ることもあり、十分な注意が必要です。

2. 合併症には、どんなものがありますか？

高齢者では、細菌の二次感染による肺炎・気管支炎、乳幼児では中耳炎や熱性けいれんが起こり得ます。

3. インフルエンザにかからないようにするには、どうすればいい？

インフルエンザを予防するには、下記の対策をおすすめします。

- 予防接種を受ける
- 適度な温度、湿度を保つ
- 栄養と休養を十分にとる
- マスクを着用する
- 人ごみを避ける
- 手洗い、うがいをする

4. インフルエンザワクチンは接種したほうがいいの？

インフルエンザのワクチンは普通の”かぜ”(普通感冒)に効果はありません。しかし、健康な成人のインフルエンザに対して、ワクチン株と流行株が一致した場合のワクチンの発症予防効果は 70~90%と高い効果が認められています。

また、インフルエンザワクチンは高齢者の死亡を約 80%減らすなど重症化を防止する効果もあります。2012/13 年度シーズンのワクチン製造株は、下記の 3 種です。

- A/カリフォルニア/7/2009(H1N1)pdm09 株
- A/ビクトリア/361/2011(H3N2)株
- A/ウィスコンシン/1/2010 株

5. それでもインフルエンザにかかったら？

水分や栄養をとって安静にすることは必要ですが、医療機関を受診することで抗インフルエンザウイルス薬による治療を受けることができます。発症から 48 時間以内の治療開始が必要とされています。

家族がインフルエンザにかかったら、発病者はマスクをかけ、他の家族に感染させないように心がけましょう。また、時々部屋の空気を入れ換えてください。空気がこもっていると、ウイルスが比較的長い時間空気中を漂っていることがあります。

6. インフルエンザの治療薬とはどのような治療法ですか？

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使用されています。また、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応されます。一般の薬局や薬店では買えませんので、医師に処方してもらいます。

7. インフルエンザにかかったら、どのくらいの期間、学校・職場を休めばいいの？

インフルエンザウイルスは、特に発症初期 3 日間はずっとも感染性が強いとされます。せき、くしゃみなどに含まれるウイルスによって、他の人へと感染します。

学校保健法では、「解熱した後 2 日間を経過するまで」をインフルエンザによる出席停止期間としています。職場復帰については特に決まりはありません。他の人への感染を予防することも重要ですが、肺炎などの合併症を引き起こす可能性もあるので、体力が回復してから復帰するのが望ましいと考えられます。

8. あなたの判断は間違っていないですか？

- A) 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。
➡ 急性脳症を起こす可能性があります。解熱剤の使い方は、医師・看護師・薬剤師に必ず相談しましょう。
- B) 以前に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。ウイルスには効きません。
- C) 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。

インフルエンザ情報サービス・ホームページのご案内

インフルエンザの詳しい情報、最近の流行状況などを掲載しています。

インフルエンザ情報サービス

➡ <http://influenza.elan.ne.jp/>

携帯版

➡ <http://influenza-m.elan.ne.jp/>