

インフルエンザが流行して児童生徒に広がると学級閉鎖や学校閉鎖などが行われます。お子さんの学校でも起こっていませんか。今回は冬の健康対策として欠かすことのできないインフルエンザがテーマです。

インフルエンザとはどんな病気？

(1) インフルエンザとは

インフルエンザは強い感染力を持ち、短期間に流行するインフルエンザウイルスによる急性の伝染性感染症です。つまり、インフルエンザは伝染する病気のため特に注意が必要です。

一般的にインフルエンザの症状としては、発熱(39度以上) 頭痛 全身の倦怠感 筋肉痛・関節痛 咳 鼻汁などがあります。インフルエンザが発症した場合、多くの方は約1週間ほどで回復しますが、気管支炎、肺炎などを併発し、重症化することもあります。



(2) なぜとインフルエンザの違い

通常のかぜとインフルエンザは異なります。かぜの場合も上記の症状は起こります。ただし、かぜの場合は主にくしゃみ・鼻汁・鼻閉・のどの痛みなどが多く見られる一方、インフルエンザの場合は急な高熱や倦怠感、筋肉痛、関節痛といった全身症状が中心となります。かぜの場合はインフルエンザと異なり、気管支炎、肺炎などで重症となる場合は少ないと言えます。また、かぜは他の人に対する感染力は弱いと考えられています。

(3) インフルエンザの恐ろしさ

1918年、世界各地で猛威をふるい、全世界の罹患者数6億人、死者は2,000万人以上にのぼったと推定されている「スペインかぜ」。これがまさにインフルエンザです。日本では1918年10月から流行し、1919年の夏には一度終息しました。しかし、同年の12月から1920年の春には再び流行し、この間で罹患者は2,300万人、死者は38万人に及んだといわれています。

インフルエンザは急性で重症化しやすいので、総じて体力が低下しているお年寄りには注意が必要です。また、1～5歳の小児では、「インフルエンザ脳症」になる場合があります。「インフルエンザ脳症」は知能低下、運動麻痺、てんかんなどの後遺症を残したり、死に到る場合もある合併症です。



インフルエンザの対策は

(1) 予防接種と今年の対策は

11月から日本国内各地でインフルエンザワクチンの予防接種が始まっています。現在のところ、インフルエンザに対する予防方法として世界的に認められているものは、免疫に必要なウイルス粒子表面の赤血球凝集素(HA)を主成分とした、HAワクチンという不活性ワクチンです。インフルエンザワクチンには、発病を確実に阻止することはできませんが、もし感染した場合には高熱などの症状を軽くし、合併症による入院や死亡のリスクを減らすことができるため、有効なものと考えられます。

インフルエンザには大きく分けて、A型・B型・C型の3種類あります。このうち大きな流行を起こし問題となるのは、A型とB型です。とくにA型は世界的流行も引き起こし、人間以外の動物にも感染します。どの型が流行するかは、その年で異なります。流行の予測は正確にはできませんが、その型を予測して事前にインフルエンザワクチンが製造されます。2006年度の日本のインフルエンザワクチンは Aソ連型 A香港型 B型の三種のワクチン株から製造されたものです。

(2) インフルエンザ予防の基礎

予防接種のほか、身近にできる対策は次の通りです。体力維持のために過労をさける。十分な睡眠をとり、ストレス解消に努め、栄養と休養を十分とる。感染予防のためにうがいや手洗いを励行し、人ごみを避ける。鼻・のど等を乾燥からまもるためにマスクをする。室内ではウイルスの生存期間を短くするため加湿器などを使用し、湿度を高める。

(3) インフルエンザにかかってしまったら

基本的には一般的なかぜの治療と大差はありません。早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。また、水分を十分にとって安静にすることが必要です。最近ではインフルエンザの診断を受けた上で処方される「アマンタジン」「ノイラミニダーゼ阻害薬(リレンザ、タミフル)」といった治療薬ができていますが、いずれも万能薬ではありません。

《皆様の安心と安全のプレイントラスト(専門顧問グループ)》

株式会社ヤシロエージェンシーリミテッド 担当: 八城一浩

〒107-0052 東京都港区赤坂3-1-2 AU 赤坂ビル4F TEL 03-3582-4511