

# こんにちは！ MED 村立東海病院です



## インフルエンザ対策について

### ◆インフルエンザの特徴は？

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。喉の痛み、鼻汁、咳などの風邪症状に加え、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの症状が突然現れます。ほとんどの方は1週間ほどで治りますが、余病を持っている方や体力の低下している方、高齢の方、小さいお子さんなどは、肺炎を合併したりインフルエンザ脳炎を起こしたりと、重症化することもある病気です。

### ◆「新型インフルエンザ」と「季節性インフルエンザ」

インフルエンザウイルスには、A型、B型、C型があります。このうち、特にA型インフルエンザは、小さな変異を重ねながら毎年世界中で流行しており、これを「季節性インフルエンザ」と呼びます。

時として、この変異が極めて大きくなり、多くの方が免疫を持たないウイルスに変わってしまうことがあります。人々の生活に大きな影響を与えるほどの変異を持ったインフルエンザウイルスのことを「新型インフルエンザ」と呼びます。平成21年に世界中で流行したのもこれですが、流行の後、人は徐々に新型インフルエンザに対する免疫を獲得するようになります。そうすると新型とは呼ばれなくなり、季節性インフルエンザの1つとなります。

### ◆インフルエンザかな？ と思ったら…



症状などからインフルエンザを疑う場合、医療機関では迅速検査をすることがありますが、かかり始めの時はあまり当てになりません。ある報告では、インフルエンザの患者に対して、症状が出てから6時間以内に迅速診断を行うと、3割から4割は検査が陽性にならないといわれています。そのため医療機関では、総合判断によって検査をせずにインフルエンザと判断することもあります。ただし、症状が出てから48時間以上経過してしまうと、抗インフルエンザ薬の効果がほとんど得られませんが、注意が必要です。

### ◆インフルエンザを予防するには？

インフルエンザを予防するには、うがい・手洗いなど基本的な予防策のほか、十分な休養、バランスの良い栄養摂取、部屋の加湿、流行期には人混みへの外出を控えること等が望ましいとされています。

そして、予防で最も重要なのがインフルエンザワクチンの接種です。ワクチンは症状の発現を抑えるほか、重症化の予防にも効果があるとされており、厚生労働省の科学研究班によれば、65歳以上の健全な高齢者では、ワクチンによって発病を約45%、死亡を約80%阻止できたとのこと。

村立東海病院内科科長 薄井尊信

#### 村立東海病院 第3回「秋空コンサート ～心に響け、絆のハーモニー～」

「県立東海高等学校吹奏楽部 ～ East Ocean Jazz Orchestra ～」による、第3回「秋空コンサート ～心に響け、絆のハーモニー～」を開催します。県立東海高等学校吹奏楽部は創部30年以上の歴史を持ち、近年はビッグバンドとしてジャズフェスティバルへ出演するなど、精力的な活動を行っています。

入場は無料で、どなたでもご来場いただけますので、素晴らしい演奏で心地よいひと時をお過ごしください。

▼日時 10月19日(土) 午後2時～2時30分

▼場所 村立東海病院(職員専用駐車場)

問い合わせ ■ 村立東海病院(☎282-2188)、保健年金課地域医療担当(☎287-0899)