

# IZUMIDAI NEWS



2015年

1月

号



1月号の特集記事

インフルエンザについて

TEL 045-806-1133

今年もよろしくお願いたしました。今号は、流行中であるインフルエンザについての特集記事となっております。患者さんから質問されることの多い内容を掲載いたしましたので、「ご参考になさってください。」

## 風邪とインフルエンザの違い

一般的な風邪は接触感染といってウイルスが付着したものを手で触り、その手で口や鼻を触ることで感染するのが主な感染経路です。

一方インフルエンザは接触感染以外にもウイルスが空気中を漂い、口や鼻に入り込んで感染します。(空気感染・飛沫感染)

インフルエンザの潜伏期間は一〜三日とたいへん短いのも特徴のひとつです。一般的な風邪は五〜六日程度と言われています。

まだ症状が発症していない状態でも感染力があり、症状が発症した時には、それまでに接触した人にも感染してしまっている可能性があると言えます。

インフルエンザは高熱や極度の全身倦怠感、食欲不振、筋肉痛や関節痛など、全身的な症状が主体です。

気管支炎や肺炎、脳炎などを併発することがあり、子供や高齢者は注意が必要です。



## インフルエンザにかかったら

インフルエンザの場合、風邪薬は効きません。

また、熱が高いからといってすぐに解熱剤を飲むのもよくありません。ウイルスを抑えるために発熱しているのを、むやみに熱を下げると逆効果になってしまいます。ただし、症状によっては解熱鎮痛剤が必要な場合もあります。自己判断をせず、受診をして、的確な治療をすることが必要です。

インフルエンザが完治するまでには発症から一週間ほどかかります。体内からインフルエンザウイルスが完全になくなるまで、安静にして、外出しないことが大事です。インフルエンザウイルスが体に残っている状態ですと、自分は元気になっていても、他人にうつしてしまいうことになり得ます。周りの人にうつさない事も重要です。

## インフルエンザの型の豆知識

インフルエンザウイルスには核となるたんぱく質の違いによりA型・B型・C型の3種類に分けられています。それぞれのウイルスの特徴は下の表のようになっています。

種類	性質	流行の状況
A型	非常に変異しやすい	毎年流行する。また、数十年毎に新型ウイルスによる世界的大流行がある。
B型	変異しにくい	散発的に小流行がある。
C型	ほとんど変異しない	ほとんど流行しない。

A型はウイルスの表面構造が変異しやすく、表面構造の違う何種類かのウイルスが存在します。

27年1月現在、今季流行の主流はA香港型(H3N2)とされています。

## インフルエンザ について よくある質問

### Q 1. インフルエンザ検査はどのようなものですか？

- A1. インフルエンザの検査は、迅速検査が普及してすぐに結果が出るようになりました。鼻腔の拭い液、咽頭の拭い液などを採取して、迅速検査キットなどで調べます。検査にかかる時間は、早いもので 15 分です。A 型と B 型を区別できるものが使用されています。しかし、検査結果が陰性（マイナス）だからといって必ずしもインフルエンザにかかっていないとはいきれません。ウイルス量の少ない初期には「偽陰性」となることがあります。
- また、新型インフルエンザでは、通常の季節性インフルエンザに比べると、明らかに発症から陽性反応が出るまでの時間が長いことが分かっています。

### Q 2. インフルエンザと診断されました。登校はいつ頃から可能ですか？

- A2. インフルエンザ（鳥インフルエンザ（H5N1）を除く）は、第 2 種学校感染症に指定されており、出席停止の期間は「発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱した後 2 日（幼児にあっては 3 日）を経過するまで」となっています。
- ただし、病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めたときは、この限りではありません。（学校保健安全法施行規則第 19 条）インフルエンザの流行を拡大させないためにも、主治医と相談の上、登校日を決めるようにしましょう。

### Q 3. インフルエンザと診断されました。出社はいつ頃から可能ですか？

- A3. 出社する目安については、特に決まりはありません。
- しかし、インフルエンザにかかった後は体力が落ちていることもあるので、無理せず十分に回復してから出社するようにしましょう。周囲への影響を考えると登校の条件と同じように考えましょう。
- 新型インフルエンザは、熱が下がった 3 日後でも 40% 以上の人にインフルエンザウイルスが残っていることが報告されています。そのため、咳などの症状が続いている場合は、マスクやティッシュで口元を覆うなど、周囲への配慮が望めます。
- ※勤務先によって規定を設けている場合もあります。事前に確認しておき、勤務先の規定に従いましょう。

外来担当医表

	月	火	水	木	金	土
午前1診	那須	岡本	飯澤	井上	那須	渡部
午前2診	丸岡	那須	保坂	飯澤	渡部	丸岡
午前3診	藤山 (整外)	—	須藤 (専・心)	—	—	—
午後1診	吉田	井上	渡部	丸岡	吉田	—
午後2診	渡部	飯澤	岡本	—	井上	—
午後3診	藤山 (整外)	渡部	須藤 (専・心)	吉田 (専・消)	—	—

### 編集後記

2015年が始まりました。  
今年も様々な情報を皆様にごわかりやすく提供できるよう、工夫していきたいと思っています。

今年も一年どうぞよろしくお願いいたします。

やまお