

# インフルエンザ！ かわさと予防

★冬場のかぜの代表です。日本だけで毎年数十万人から数百万人が報告されていますが実数はもっと多いと推測されます。

## ★インフルエンザという病気

- ① 種類：ヒトには、A型、B型、C型の3種類のウイルスが感染します。なかでもA型は、その性質が変化するため毎年流行することがあります。最近の流行株は、ソ連型(H1N1)、香港型(H3N2)、B型の3種類です。もしも突然変異の新型インフルエンザが発生すれば、世界中で大流行を起こしてしまいます。その対策が練られています。
- ② 感染：ヒトからヒトにうつります。患者の咳、くしゃみで鼻粘膜に飛沫感染を起します。潜伏期は1～3日で、急激に発病します。
- ③ 症状：強い全身症状を示します。高い熱、頭痛、さむけ、筋肉の痛みなどです。発熱は39～40℃と高く、2～5日続きます。熱性けいれんを起すこともあります。時に一度下がった熱がまた上がり、一週間くらい続くことがあります。また、咳、鼻汁もひどく、子どもではお腹をこわすこともあります。
- ④ 合併症：子どもでは脳症、脳炎がこわい合併症です。特に、脳症は急激に進行し、けいれん、意識障害を起します。また、ライ症候群という原因不明の病気を併発する可能性があるため、解熱剤はアセトアミノフェンが一番安全です。脚の筋炎や心筋炎もよく知られた合併症です。また、高齢者の肺炎は、インフルエンザによる死因の90%以上を占めます。

## ★何といたっても予防が第一です。

- ① 予防接種：流行するウイルスの予測が正確になり、有効率は70～80%にも及びます。また、先に述べた怖い合併症の脳症、脳炎の発症を極端に減らします。当然、発熱などの症状も軽くします。
- ② 個人的予防：流行期間は無用の外出を避け、人混みに入らない。うがい、マスクの励行、お茶の成分であるカテキン類は、インフルエンザウイルスの不活性化作用があるため、お茶のうがいが効果的かもしれません。さらに、疲労を避けることも必要です。
- ③ 感染源対策：患者の早期発見と隔離が望まれます。治療は、基本的には昔ながらの安静と休養、水分摂取が一番です。A型に対してはアマンタジンという薬が日本でようやく認可されました。しかし、子供に対してこれまであまり使われてなく、副作用など不明な点も多いお薬です。早期受診しましょう。