



いわて医療通信 インフルエンザ

インフルエンザとは

インフルエンザはA型またはB型インフルエンザウイルスが感染することでおこる病気です。突然の発熱、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感、インフルエンザによくみられる症状です。鼻水、のどの痛み、咳を伴うこともあります。

インフルエンザウイルスが口や鼻から体内に侵入し、1〜3日が経過すると症状が出て1週間程度で治まります(典型的な症状が出ない場合もあります)。病院などで迅速診断キットを使って、咽頭や鼻腔にウイルスの存在が確認できるとインフルエンザと診断され

ます。臨床症状や地域の流行状況から診断されることもあります。現在4種類のインフルエンザ治療薬がありますが、その効果は症状が始めてからの時間や病状により異なりますので、使用する、しないは医師が判断します。

インフルエンザの予防としてワクチン接種があります。残念ながら、現在のインフルエンザワクチンは発症を完全に阻止することはできず、ワクチンを接種すればインフルエンザに絶対にかからないというものではありません。しかし重症化を阻止する効果はあると

されています(重症化とは肺炎や脳症等の合併症が起ることや入院治療を必要とする場合をさします)。したがって乳幼児や高齢の方、また基礎疾患をお持ちの方はワクチンの接種が勧められます。

インフルエンザの感染源は、感染した人の咳やくしゃみに伴って口や鼻から出される小さな水滴(飛沫)です。発病前日から3〜7日間ウイルスを排出するといわれています。この期間だけでもできるだけ外出を控えたいものです。マスクを着用し「咳エチケット」を守り、咳やくしゃみを他の人

に向けて発しないようにしましょう。

日常生活で飛沫を完全に防ぐことはなかなか難しいことです。ですから外出後にはきちんと手洗いをし、室内の湿度を適度(50〜60%)に保つなど、かからな

い工夫が大切です。一方、休養やバランスのとれた栄養摂取を心掛けるなど、かかっても対抗できる体力をつけておくことも重要です。

物理学者・寺田寅彦博士(1878〜1935年)の格言に「ものを怖がらな過ぎたり、怖がり過ぎたり

するのはやさしいが、正當に怖がることはなかなか難しい」があります。

これから本格的なインフルエンザシーズンに入ります。敵(ウイルス)を知り、正しい知識で対応することが大切です。

岩手医科大学 医学部微生物学講座 感染症学・免疫学分野 村木靖

岩手医科大学は2017年
創立120周年を迎えます



誠のあゆみ、未来へつなぐ

岩手医科大学