

# 感染症かわら版

～管内でインフルエンザ注意報発令中(H29.1.16 現在)です！～

インフルエンザによる集団感染も複数発生しています。

一人ひとりの予防行為で感染拡大を防ぎましょう！！

第2号

## ■ インフルエンザとは ～風邪とのちがい～

「風邪（かぜ症候群）」は一年を通して散発的にみられますが「インフルエンザ」は冬場に流行します。「風邪」はくしゃみやのどの痛み、鼻水・鼻づまりなどの症状がでますが発熱は軽度（37～38度）です。一方「インフルエンザ」は発熱（38度以上）を伴って急激に発症し、全身倦怠感、食欲不振などの全身症状が強く現れ、感染力が強いのが特徴です。「風邪」は、主にアデノウイルスやライノウイルス、コロナウイルスなどによるウイルス感染、「インフルエンザ」はインフルエンザウイルスによる感染症です。

管内のインフルエンザ発生状況  
(感染症発生動向調査)



## ■ インフルエンザ A 型と B 型はどう違う？

インフルエンザには A 型、B 型、C 型があります。近年、国内で流行しているのは、A 型 A (H3N2) (※いわゆる香港型)、A (H1N1)、A (H1N1) pdm09 (※2009 年に流行) と、B 型です。B 型は A 型に比べて重症化しにくく、また、C 型はヒトに感染しますが流行しにくいといわれています。

## ■ 感染経路

感染経路には飛沫感染と接触感染があります。飛沫感染は、感染した人が咳をすることで飛んだ飛沫に含まれるウイルスを、別の人が口や鼻から吸い込むことで感染します。接触感染は、感染した人が咳を手で押さえた後や、鼻水を手でぬぐった後、その手で触れた場所（ドアノブやスイッチなど）にウイルスを含んだ飛沫が付着し、さらにその場所を別の人が手で触れ、その手で鼻、口に触れることにより、粘膜などを通じてウイルスが体内に入り感染します。

## ■ 予防

学校、職場、満員電車などは感染する可能性が高い場所です。（咳は 1～2 m 飛ぶといわれています。）こまめな手洗いを習慣づけましょう。また、アルコールによる手指消毒も有効です。また、感染した人の世話をした後などにも手洗いを忘れずに行いましょう。

予防接種は、重症化の予防を目的として行います。一般的に、ワクチンの効果が出るまで 2 週間程度かかり、ワクチンの効果は 5 か月程度といわれています。



## ■ 重症化しやすいのは

高齢者、子ども、妊婦のほか、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、喘息、糖尿病などの基礎疾患を持っている人はインフルエンザの症状が重くなりやすいといわれています。

## ■ 受診のタイミング

受診の目安は、38℃以上の急激な発熱のほか、咳やのどの痛み、全身倦怠感がある場合は、早めにかかりつけの医療機関または、内科、小児科を受診しましょう。

なお、受診する時には、[咳エチケット](#)を心掛けましょう。



### 咳エチケットとは

- 咳やくしゃみが出る時は、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- 鼻汁や痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗いましょう。
- 咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。

## ■ 治療

症状に応じた対症療法が中心ですが、抗インフルエンザ薬を使用する場合があります。

## ■ インフルエンザにかかった人が気をつけること

ほかの人にうつさないように、咳が出る時はマスクを着用しましょう。

重症化しやすい高齢者や子どもとの接触は避けましょう。

一般的に、インフルエンザ発症前日から発症後3～7日間は鼻やのどからウイルスを排出するといわれています。ウイルスを排出している間は、外出を控えましょう。

なお、学校保健安全法施行規則第19条に基づく出席停止の期間の基準は、「インフルエンザ（特定鳥インフルエンザ及び新型インフルエンザ等感染症を除く。）にあっては、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。

## ■ その他（参考）

- 厚生労働省（動画）「インフルエンザ一問一答 みんなで知って、みんなで注意！」  
<https://www.youtube.com/watch?v=nPb2uXcSngw&feature=youtu.be>
- 国立感染症研究所ホームページ  
<http://www.nih.go.jp/niid/ja/diseases/a/flu.html>



大崎保健所管内の感染症情報をお知りになりたい場合は、

北部保健福祉事務所（大崎保健所）

検索