

こんにちは!

村立東海病院であ



守って、防いで! インフルエンザ

毎年、冬になると必ず話題に上がるのがインフルエンザです。最新のファッションや流行語などには疎くても、毎年、猛威を振るうインフルエンザの流行には敏感という方が多いのではないのでしょうか。インフルエンザは一度流行が始まってしまうと感染者本人の問題にとどまらず、社会全体に影響を与えます。そこで今回は、インフルエンザの症状や予防法などについてご紹介します。



そもそも、インフルエンザって何?

「インフルエンザ」とは、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。のどの痛み、鼻水、咳などの症状に加えて、突然、38℃以上の発熱や頭痛、関節や筋肉の痛みなどが現れます。一般的には、免疫の機能が正常であれば1週間程度で自然に治るといわれていますが、体力が低下している方や高齢の方、小さなお子さんなどは、重症化してしまう恐れがあります。インフルエンザの症状が出てから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はほとんど得られないため、注意が必要です。



インフルエンザの迅速診断を受ける前に知っておきたいこと

上記のような症状が出て医療機関を受診すると、インフルエンザの迅速診断が行われることがあります。この検査は結果が素早く出る反面、症状が出始めたばかりのときは、正確な結果が出ない場合があります。これは、ウイルスの数量によって結果を出す性質によるもので、特に症状が出てから6時間以内に迅速診断を行った場合、約3～4割は陽性にならないという報告もあります。インフルエンザ発症後12時間以上経過してから検査をした方が正確な結果が出やすいのですが、前述した通り、発症後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は低下してしまうため、注意が必要です。



予防接種(ワクチン)は、いつごろ受ければよいの?

ワクチンには、発症(感染して発熱・咳・関節痛といった症状が現れること)と重症化(合併症などにより点滴や入院が必要となること)を予防する効果が一定程度認められています。ただし、予防接種の効果が出るまでには、2週間程度かかるといわれています。年によって流行のシーズンは異なりますが、例年12月ごろから流行し始めることが多いので、**予防接種は遅くとも11月上旬までに受けることをお勧めします**。また、予防接種の効果は5か月程度で消失してしまうため、必ず毎年受けるようにしてください。



咳エチケットを心掛けて、感染を予防しよう!

予防接種と同じくらい大切なこととして、手洗い・うがいや体調管理、咳エチケットなどがあります。インフルエンザは感染した人の咳やくしゃみによって広がります。症状が出た場合は、マスクを付け、咳やくしゃみをするときは腕の内側で口や鼻をおおい、顔を人に向けないようにするなど、咳エチケットを心掛けましょう。

予防接種や手洗い、咳エチケットを心掛け、風邪やインフルエンザとは縁のない穏やかな冬を迎えましょう!



【問い合わせ】村立東海病院(☎282-2188)、福祉保険課地域医療担当(☎287-0899)