

## TOPICS

[Vol.60]

## インフルエンザについて

呼吸器内科/感染制御部 中野 恭幸

## インフルエンザの特徴について

インフルエンザは普通のカゼとは違い、法律で定められた感染症（感染症法：5類感染症）です。普通のカゼとの最大の違いは、原因となるウイルスが違うことです。インフルエンザウイルスにかかると、急に38～40度の高熱

が出て、筋肉の痛みや関節の痛みが出現します。また、身体のだるさ（倦怠感）が普通のカゼにくらべて強く出るのが特徴です。

インフルエンザの原因となるウイルスには、大きく分けてA型、B型、C

型の3種類があります。このうちA型は毎年流行を繰り返すたびに形を変えます（これを変異株と言います）。



## 「新型インフルエンザ」とは？

平成21年に大きな問題となった「新型インフルエンザ」もこのA型に分類されます。ほとんどの人は「新型イン



フルエンザ」に対する免疫を持っていないため、通常のインフルエンザに比べると、感染がどんどん広がっていき、多くの人が感染して世界的な大流行（パンデミック）を引き起こすと考えられています。そのため、昨年までは特別な対策がとられました。幸いなことに、予想された程の大きな問題にはならず終わりました。

平成21年度当時、新型インフルエンザ（A/H1N1）が最初にはやったときには、人々は免疫を持っていませんでした。そのため、大規模な季節外

れの流行がおきたり、新型インフルエンザウイルスのみの流行が広がったりしました。

平成22年度には、新型インフルエンザに対するワクチン接種がはじまり、また、実際に多くの人がこの新型インフルエンザにかかったために、免疫を持つ人が増えました。このような事情から、このインフルエンザ（A/H1N1）は、平成23年4月からは新型インフルエンザと言わず、その他と同じ季節性インフルエンザの1種類となりました。

## 飛沫感染と接触感染

日本では、インフルエンザは12月～3月に流行します。これには、いろいろな原因が考えられていますが、乾燥した気温の低い冬にはインフルエンザウイルスが空気中で長生きできること、逆に、人の鼻やのどは乾燥してウイルスに弱くなっていることなどが関係していると言われています。

インフルエンザにかかった人のくしゃみや咳、たんなどにはインフルエンザウイルスがたくさん含まれていま

す。このウイルスがそのまま他の人の肺に吸い込まれていきウイルスを吸い



込んだ人がインフルエンザにかかるのです（飛沫感染）。

あるいは、ウイルスがついているものをさわったあとで、目や鼻、口などに触れることで、粘膜や結膜などを通してインフルエンザが広がっていくこともあります（接触感染）。こうして、インフルエンザはどんどん広がっていくわけです。

## インフルエンザを予防するには

日常生活においてインフルエンザを予防する方法がいくつかあります。無理をせず栄養と休養を充分にとること、



適度な温度や湿度を保つこと、外出したら手洗いやうがいをきっちりとすること、人混みを避けること、また必要であればマスクを使うことなどです。

さらに有効なのは、インフルエンザ



ワクチンを打つことです。ワクチンは接種を受けてから効果が出るまでに約2週間はかかると言われていています。ワクチンが効果を現している場合には、インフルエンザを予防することができます。また、たとえインフルエンザにかかっても軽くすむことが多いと考え

られています。

実際、健康成人においては、ワクチンのインフルエンザに対する発症予防率は7割から9割と非常に高い効果が認められています。また、ワクチン接種において高齢者の死亡の危険性を8割程度低下させるとも言われています。



## インフルエンザにかかったら

一方、もしインフルエンザにかかってしまったら、他の人にできるだけうつさないようにすることも大切です。できるだけ家で安静にしておく、咳やくしゃみをする際にはティッシュで口元をおおったり、あるいはマスクをしたりするなど、周りの人への心遣いをしましょう。

インフルエンザにかかると、3～7日間は他の人にインフルエンザをうつす可能性があります。インフルエンザは非常に感染力が強いため、学校保健法という法律では、熱が下がったあとも2日間たつまでは出席停止と定めています。

インフルエンザには高校生くらいまでの若い人が多くかかります。それ以上の年齢になると、インフルエンザにかかる人は少ないのが現実です。しかし、若い人がインフルエンザになっても死亡することはほとんどありませんが、65才以上の高齢者がインフルエンザにかかった際には死亡する例が多く見られます。

高齢者以外では、妊娠28週以降の妊婦、肺に慢性の疾患を持っている人、心臓や腎臓の疾患を持っている人、代謝性疾患の人、免疫不全状態にある人などがインフルエンザに対して危険性が高いとされています。このような人

は、本人だけではなく、ご家族や周囲の方もインフルエンザワクチンの接種などによる予防が大切です。また、インフルエンザにかかってしまった場合でも、早い時期であれば治療薬があります。高熱、関節痛などを認めたら早めに診察を受けましょう。



### 滋賀医科大学医学部附属病院 理念

#### 「信頼と満足を追求する全人的医療」

滋賀医大病院ニュース第33号別冊 編集・発行：滋賀医科大学広報委員会  
〒520-2192 大津市瀬田月輪町  
TEL：077(548)2012(企画調整室)  
過去のTOPICS(PDF版)はホームページでご覧いただけます。

### ●理念を実現するための 基本方針

- 患者さん本位の医療を実践します
- 信頼・安心・満足を与える病院を目指します
- あたたかい心で最先端の医療を提供します
- 地域に密着した大学病院を目指します
- 世界に通用する医療人を育成します
- 健全な病院経営を目指します