

だい、でん

インフルエンザについて

保健福祉課



ことしもアツという間に9月になりました。もうすぐインフルエンザの季節を迎えます。10月から予防接種も始まりますが、今月号はインフルエンザについて書いてみました。転ばぬ先の杖、インフルエンザについて学び知識の予防接種もしておきましょう。

① インフルエンザの世界的大流行の歴史

インフルエンザの流行は歴史的にも古くから記載されていますが、科学的に存在が証明されているのは1900年頃からで、毎年の流行に加えて数回の世界的大流行が知られています。中でも、大正7(1918)年から流行した「スペインインフルエンザ」による死者数は全世界で2,000万人とも4,000万人ともいわれ、日本でも約40万人の犠牲者が出たと推定されています。その後は、昭和32(1957)年には「アジアインフルエンザ」が、昭和43(1968)年には「香港インフルエンザ」が、そして最近では平成21(2009)年に「インフルエンザ2009」が世界的な大流行を起こしています。

② インフルエンザと普通の風邪

一般的に、風邪は様々なウイルスによって起こりますが、普通の風邪の多くは、のどの痛み、鼻汁、くしゃみやせき等の症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく重症化することはあまりありません。

一方、インフルエンザは、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。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、せき等の症状も見られます。お子さんではまれに急性脳症を、高齢者の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

③ 新型インフルエンザ

これまで人の間で流行を起こしたことの無いインフルエンザが、鳥や豚の世界から人の世界に入り、新たに人から人に感染するようになったもの、またはかつて世界的規模で流行したインフルエンザで、その後流行することなく長期間が経過し、現在の人々が免疫を獲得していないインフルエンザです。毎年流行を繰り返す季節性のインフルエンザと異なり、ほとんどの人がそのウイルスに対する免疫をもっていないため、ウイルスが人から人へ効率よく感染し、世界的大流行となるおそれがあります。

④ インフルエンザの感染

飛沫感染は、感染した人がせきをする事で飛んだ、小さな水滴(飛沫)に含まれるウイルスを、別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入り込むことです。感染した人がせきを手で押さえた後や、鼻水を手でぬぐった後に、ドアノブ、スイッチなどに触れると、その触れた場所にウイルスを含んだ飛沫が付着することがあります。その場所に別の人が手で触れ、さらにその手で鼻、口に再び触れることにより、粘膜などを通じてウイルスが体内に入り感染します。これを接触感染といいます。

⑤ インフルエンザの予防

- 人が多く集まる場所から帰ってきたときには手洗いを心がけましょう。
- アルコールを含んだ消毒薬で手を消毒するのも効果的です。
- せきやくしゃみが直接人にかからないようにカバーしましょう。(マスクの着用)
- 普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておくこともインフルエンザの発症を防ぐ効果があります。
- 予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。
- ただしワクチンの効果が持続する期間は、一般的に5か月ほどです。
- また、流行するウイルスの型も変わるので、毎年、定期的に接種することが望まれます。