

インフルエンザについて

講師：臨床検査技師

1.インフルエンザの症状

インフルエンザの症状の特徴は、突然の発熱です。典型的な場合39℃以上の高熱に続き鼻水や喉の痛みなどの「上気道炎症状」と全身倦怠感、関節痛などの「全身症状」が現れる。発病から1週間でウイルスが排泄され症状が軽くなる。

2.高齢者と子供、慢性疾患のある人は要注意

- ・高齢者は免疫機能が弱いため、病気が重症化しやすく「合併症(肺炎)」が起こりやすい。
- ・子供は抗体がない状態で初感染して発病するため症状が強くなる。まれに「脳症」が起きることがある。
- ・持病のある人や妊婦も重症化しやすい傾向にあるので注意が必要です。

3.合併症の可能性のある症状



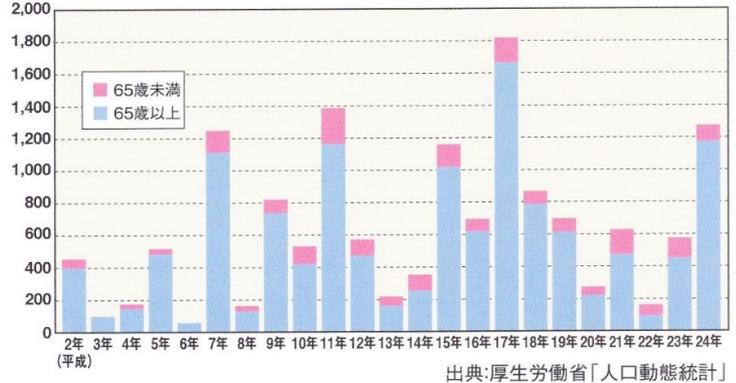
次のようなときは合併症の可能性があり
速やかに受診してください

肺炎の症状 高熱が3～4日たっても下がらない／
いったん下がった熱がぶり返した／
呼吸が苦しい

脳症の症状 からだの痙攣がみられた／異常な
行動をした／意識がもうろうとして
いる

インフルエンザによる死亡者数

インフルエンザで亡くなる方の大半は65歳以上の高齢者です



4.抗インフルエンザウイルス薬の使用目的

抗インフルエンザウイルス薬の使用目的は…

それ以上の重症化を防ぐことと、
インフルエンザ症状の早期改善、
そして、伝播の抑制です

ウイルスの増殖を抑えてその量を減らす

すると…発熱やだるさなどのつらい症状が早く治ります

そうすれば…早くいつもの生活に戻れます

それによって…周囲の人にうつしてしまう確率も減ります

さらに…病状が悪化しにくく、肺炎や脳症などへと重症化することを防ぎます

5.インフルエンザにかからない、うつさないために

- ・体を温め安静に保ち免疫力を高める
- ・水分をこまめに取り脱水症状を防ぐ
- ・体内のイオンバランスを考慮すると水、お茶よりもスープ、スポーツドリンクの方が適している。
- ・予防のためにワクチン接種は大事です。特に高齢者や子供、持病のある人やその家族は接種してください。
- ・抗体ができるまでに2～3週間かかるので早めの接種をお願いします。
- ・マスクの着用、うがい、手洗いを、インフルエンザに感染したら「せきエチケット」を守る。
- ・熱が下がっても2日間程度はウイルスが排泄されるので外出は控えてください。

6.新型インフルエンザについて

新型インフルエンザに対しては誰も免疫を持っていないので発生すると大流行になる恐れがある。現在鳥インフルエンザ(H5N1)が世界的に注目されている。今は人から人へ容易に感染することはないのですが、流行する可能性は残っている。現在世界中の政府や研究者が抑制のための対策を築きつつある。また新しい抗インフルエンザウイルス薬は鳥インフルエンザに対しても効果があることがわかっている。

7.食事会

参加者：10名
皆さん楽しそうにお食事をされたそうです。

