

インフルエンザについて

Q インフルエンザと冬の風邪の違いって何ですか？

A 冬の風邪はライノウイルスやコロナウイルスなどが原因で、咳や鼻水などの症状が主で熱はあまり出ないのに対して、インフルエンザはインフルエンザウイルスによって起こり、高熱やからだの痛みなど全身症状が強くなります。インフルエンザは非常に感染力が強く、脳炎・脳症や肺炎などの危険性もあり、風邪とは区別する必要があります。

Q かからないようにするにはどうしたらよいですか？

A ひとつは予防接種、もうひとつは日常生活での注意です。

①予防接種：インフルエンザは通常11月下旬から流行するので、その前に予防接種をするとよいでしょう。インフルエンザウイルスは毎年のように変異するので、予防接種は毎年必要となります。今シーズンのワクチンは季節性インフルエンザ（A型とB型）と新型インフルエンザの3種類に効果があるワクチンとなっています。1歳未満の赤ちゃんではワクチンの効果は確認されていませんが、米国ではインフルエンザにかかると重症化する可能性がある6ヶ月～2歳までのお子さんには接種を勧めています。接種の回数は13歳未満のおさんは2回ですが、それ以上の年齢では1回または2回接種となっています。また、ワクチンにはわとりの卵を使っているので、卵アレルギーがある方は接種できるかどうか、かかりつけ医に聞いてみるとよいでしょう。

②日常生活での注意：日ごろから体調を整えて栄養をとり、十分な睡眠をとって体力をつけましょう。インフルエンザは感染した人の咳やくしゃみとともにウイルスが小さなしぶきになって飛び散り、まわりの人がそれを吸い込んでうつります。マスクをしたり、人ごみを避けるなどの配慮も必要です。外から帰ってきたら手洗いとうがいを行いましょう。またインフルエンザウイルスは湿度に弱いので、加湿器などで部屋を適度な湿度（50～60%）に保つとよいでしょう。

Q インフルエンザにかかってしまったら？

A 熱が出たらなるべく早く受診しましょう。インフルエンザ治療薬は年齢や症状に応じて内服薬と吸入薬と点滴注射があります。家庭では安静にして休養をとり、十分な水分摂取が必要です。何度も吐く、けいれん、受け答えがはっきりしないなどの症状があったり、息が苦しそうならもう一度受診してください。

2010年9月

高嶋 能文



たかしま よしふみ

高嶋 能文

山梨医科大学卒
日本小児科学会専門医
日本血液学会血液専門医
日本がん治療認定医
日本性感染症学会会員
日本エイズ学会会員

自由が丘メディカルプラザ 小児科

東京都目黒区自由が丘2-11-16

ニューパルビュー3F

<http://www.jiyugaokamp.com/s>

TEL : 03-5731-3565