

インフルエンザの予防と治療

すずき小児科クリニック

鈴木裕三

若松区白山 2 丁目 7-6

電話 752-1588

<1. インフルエンザってなに？>

インフルエンザは、インフルエンザウイルスによる感染症で、突然の 39 を超える発熱、上気道炎症状、全身倦怠感等の全身症状が出現することが特徴的です。流行期の 12 月～3 月に、これらの症状のあった場合はインフルエンザの可能性が高いと考えられます。約 1 週間で軽快することが殆どですが、肺炎などを合併し、普通のかぜよりも重症化することが多いので注意が必要です。

<2. かからないためには？>

予防としては予防接種が最も有効ですが、効果が現れるまで約 2 週間程度かかり、また効果は約 5 ヶ月持続しますので、流行前に接種をすまされることをお勧めします。インフルエンザは空気中に拡散されたウイルスによって感染しますから、感染予防のためには、人込みは避けましょう。また、常日ごろから十分な栄養や休息をとることも大事です。インフルエンザ感染の広がりには空気の乾燥が関連しています。室内では加湿器などを使って加湿しましょう。外出時のマスクや帰宅時のうがい、手洗いは、普通のかぜの予防と併せておすすめします。

<3. かかったら？>

安静と休養と十分な睡眠が大切です。水分補給も大事で、お茶、ジュース、スープなど飲みたいもので結構です。また、空気が乾燥すると他の人もかかりやすくなりますので、部屋の湿度を保ちましょう。

治療としては、最近、抗インフルエンザウイルス治療薬が使用できるようになりました。またインフルエンザにかかったことにより、他の細菌にも感染しやすくなりますが、このような細菌の混合感染による肺炎、気管支炎などの合併症に対する治療として抗生物質が使用されます。なお、市販のかぜ薬は、発熱や鼻汁、鼻づまりなどの症状をやわらげることはできますが、インフルエンザウイルスや細菌に直接効くものではありません。

抗ウイルス薬に関しては、発症後 2 日以内に服用を開始しないと効果がないとされています。また、最近では感染直後にインフルエンザウイルスを検出するための簡便検査キットがあり、早期診断できるようになっていますので、インフルエンザを疑った場合には早めに医療機関を受診されることをおすすめします。