

# インフルエンザは普通の風邪とはちがいます

毎年、冬になるとインフルエンザが流行します。

今年も、12月になると日本各地から

インフルエンザ患者の発生が報告されるようになります。

でも、多くの人々は、インフルエンザはちょっと重い風邪だから

心配しなくとも大丈夫と思っているのではないかでしょうか。

ここに大きな落とし穴があります。

インフルエンザは普通に言っている風邪とは全く違います。特に高齢者や小児が罹ると重症化し、場合によっては死亡することもある重い病気です。

そこで、ここでは、毎年冬期になると流行するインフルエンザについてお話しするとともに、

今、新聞等で話題になっている鳥インフルエンザや

新型インフルエンザについてもふれておきたいと思います。



かか

## 毎年冬期に流行するインフルエンザについて

### 1 インフルエンザの原因は?

毎年冬になると流行するインフルエンザは、A型インフルエンザウイルス(写真1)

のH1N1型、H3N2型又はB型インフルエンザウイルスに感染することによって発症します。

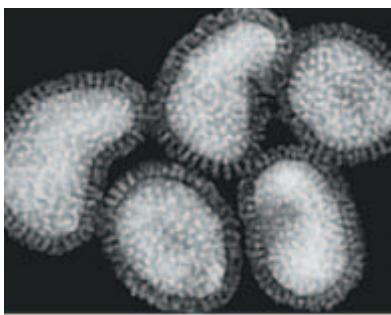


写真1 インフルエンザウイルスの電子顕微鏡写真

しますが、長時間空中に漂つことはないことが多い、患者の2m以内にいたヒトが、この飛沫を吸い込むことで感染します。また、これらの飛沫が付着したドアノブなどに触れた手指を介して、口から感染することもあります。

### 2 インフルエンザに感染した時の症状は?

インフルエンザウイルスに感染すると、数日間(1~5日間)の潜伏期間を経た後、38℃を超える突然の発熱、咳、筋肉痛などの症状があらわれます。

健康な成人の場合には、特に治療を行わなくとも1~2週間で自然に治る場合がほとんどですが、小児の場合には脳炎・脳症を起こす場合があります。また、お年寄りの場合は、「気管支炎や肺炎を併発し、時には死亡する」ともあります。

インフルエンザに罹らなければよいとするためには、予防が第一ですが、もしこの様な症状が出たときには、早めに医療機関を受診し、適切な治療を受けることが大切です。

インフルエンザウイルスは、患者の唾液や鼻水の中にたくさん含まれていて、患者が咳やクシャミをした時に、これらの飛沫(しぶき)とともに周囲に飛び散ります。飛沫は2m程度の範囲に飛び散ります。

3

## インフルエンザの 予防はどうしたらいいの？



咳エチケットのポスター

### 咳エチケット

- 1 インフルエンザに罹っている人は、周囲の人たちへの感染を防ぐためにマスクをしましょう。
- 2 咳やくしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけ、1m以上離れましょう。
- 3 使用したティッシュは、フタ付きのゴミ箱などに捨てましょう。

鳥インフルエンザウイルスとは、もともと野鳥（特に野生の水鳥）の間で感染を繰り返すことで長い間維持されたA型インフルエンザウイルスです。鳥インフルエンザウイルスには多くの亜型がありますが、通常、野鳥はいずれの亜型ウイルスに感染しても症状を出することはありません。しかし、鶏などの家禽は、H5N1亜型の鳥インフルエンザウイルスのように、感染した亜型については100%近い死亡率を示す場合があります。

毎年流行するインフルエンザ患者の多くは、12月から翌年の3月頃にかけて発生することから、この時期の感染予防が特に重要となります。

予防には、流行前のインフルエンザワクチンの接種、流行時の「うがい・手洗い」の励行や「マスク」の着用が有効です。さらに、インフルエンザに罹った患者が、家族や周辺の人たちに感染を広げないために、自ら「咳エチケット」を実施するのも重要です。

インフルエンザワクチンの接種は、死亡を予防するばかりでなく、重症化や死を予防する上で効果があるとされています。このことから、特にお年寄りや小児は流行時期の前に予防接種を受けておくことが大切です。（65歳以上の方は定期予防接種の対象となります）

4

## インフルエンザワクチンの 効果は？

### ワクチンの接種を受ける際の 注意事項

- ◆ワクチンの接種を受けてから予防効果が出来るまでには、2～3週間程度かかるとされていることから、遅くとも11月中には予防接種を済ませておきましょう。
- ◆インフルエンザワクチンに含まれているウイルス株は、毎年変わるので、予防接種は毎年受ける必要があります。
- ◆アレルギーや基礎疾患等がある場合には、医師と相談し、医師の指示に従うことが大切です。

## 鳥インフルエンザについて

### 1 鳥インフルエンザ ウイルスとは？

鳥インフルエンザウイルスとは、もともと野鳥（特に野生の水鳥）の間で感染を繰り返すことで長い間維持されたA型インフルエンザウイルスです。

2

## 鳥インフルエンザウイルス (H5N1)のヒト感染例は?



鳥インフルエンザウイルスのH5N1亜型ウイルスに感染したヒトの症例は、2008年9月10日現在で15カ国から報告されており、患者数は387名、この内、死亡者数は245名となっています(といわば、日本での患者発生はありません)。

ヒトがH5N1亜型ウイルスに感染した時に、この様な高い致死率を示す理由については多くの研究者が解明に努めているところですが、理由の一つとして、発生国では、発病から抗インフルエンザウイルス薬であるタミフルによる治療を始めるまでに時間がかかりすぎているためではないかと考えられています。

世界保健機構(WHO)は、発病からこの様に、H5N1亜型ウイルスを始めとした鳥インフルエンザウイルスは、この糞に直接触れたり、糞に汚染されている家禽や場所に触れた手指を介し、口を経由して感染します。

また、感染した家禽を屠殺し、マスクや手袋を着用せず、非衛生的な環境下で食用にするための処理を行う過程で、手指等に付着したウイルスが口を経由してヒトに感染を起すこともあります。

ヒトは、この新型インフルエンザウイルスに対して免疫を持たないため、ひとたびこのウイルスが出現すると、感染は急速に拡大し、短期間の内に全世界へ広がるものと考えられています。

2

## 新型インフルエンザは いつ発生するの?

今のところ、新たな新型インフルエンザは世界中のいずれの地域からも発生していないません。また、今後、新型インフルエンザがいつ発生するかについては、誰も

48時間以内のタミフルによる治療が、致死率の減少に有効であるとしています。

感染した鳥等と濃厚に接触した場合だけ鳥からヒトへ感染を起こしますが、原則、ヒトからヒトへの感染はないと考えられています。

3

## 鳥インフルエンザウイルス (H5N1)のヒトへの 感染経路は?

H5N1亜型の鳥インフルエンザウイルスに感染した家禽は、たくさんのウイルスを含んだ糞を排泄します。ヒトは、

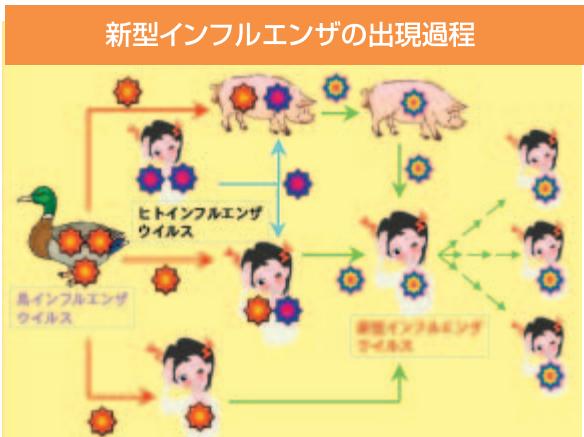
### 1 新型インフルエンザとは?

新型インフルエンザとは、鳥の間で感染を繰り返している鳥インフルエンザウイルスがヒトやブタの中で変異し、ヒトからヒトへ効率よく感染する新しいインフルエンザウイルスが現れ、このウイルスが原因で起こるインフルエンザのことと言います。

ヒトは、この新型インフルエンザウイルスに対して免疫を持たないため、ひとたびこのウイルスが出現すると、感染は急速に拡大し、短期間の内に全世界へ広がるものと考えられています。

# 新型インフルエンザについて

## インフルエンザは 普通の風邪とはちがいます



その時期を予想することはできません。しかし、20世紀の間に、スペインインフルエンザ（～1918年～）、アジアインフルエンザ（～1957年～）、香港インフルエンザ（～1968年～）と、3回の新型インフルエンザの大流行がありました。毎年冬になると流行するインフルエンザは、当時大流行を起こしたスペインインフルエンザや香港インフルエンザの子孫のウイルスが原因です。

だいじなことは、「新型インフルエンザがいつ発生するのか」ではなく、「新型イ

ンフルエンザはいつか必ず発生する」という事を県民の一人ひとりが正しく理解し、自分で出来る予防策（うがい・手洗いの励行、冬期のマスク着用）の習慣化など、今から発生した時に備えておくことです。

### ③ 新型インフルエンザの発生に備えた県の対応は？

今後発生する新型インフルエンザの流行がどの程度になるのかという点については、まだよく判っていません。

県では、国の予測を基に、新型インフルエンザが発生した際には、県内で

120万人が医療機関を受診し、約25、000人～95、000人が入院、8、000人～30、000人が死亡するのではないかと想定し、この様な健康被害を最小限にするため、様々な対策の推進を図っています。

県民の方々の健康と生命を守り、患者の発生等を最小限に留めることができることから、120万人全員の治療に用いるタミフルを既に確保しました。さらに、県医師会や病院等の

協力により、県民の皆様への医療提供体制の整備を行っています。また、医療・学校・社会福祉施設・企業・市町村などの関係者に対して発生時の感染予防等に関する研修会を開催したり、県庁ホームページを利用した県民への情報の提供などの対策を積極的に進めています。

新型インフルエンザが発生した時は、様々な広報媒体を用い迅速に県民の方々にお知らせするとともに、県庁、各健康福祉センター（保健所）、市町村、県医師会等に相談センターを設置し、皆様からの相談に対応することとしています。

引き続き、県は、県医師会や市町村をはじめとした関係機関と協力しながら、新型インフルエンザの発生に備えていきますが、感染の予防や拡大を防止するためには県民の方々の協力も欠かすことができません。予防策の習慣化やマスクの備蓄など、一人ひとりが今から出来る予防対策を講じておいていただきたいと思います。