

## 冬の感染症シリーズ

# インフルエンザに 気をつけましょう！



**かぜよりも重症化しやすく、高齢者は特に注意が必要です。**

インフルエンザの症状は、突然の38℃以上の発熱と頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状と咳、のどの痛み、鼻水などがあらわれます。

高齢者の場合は、細菌などの二次感染によって肺炎や気管支炎などを合併することがあり、死に至ることもあります。

乳幼児の場合では、中耳炎やインフルエンザ脳症をおこすことがあります。



## インフルエンザの診断と治療

インフルエンザが流行している時期に、高熱や全身症状などインフルエンザ特有の症状がある場合は、それだけでほぼ診断ができますが、確定診断のために診断検査キットが使用されることもあります。

インフルエンザの治療は抗インフルエンザウイルス薬が使われます。増殖したウイルスが細胞外へ出て行くことを阻害する薬ですが、ウイルスが増えすぎると効果がありません。発症から48時間以内に使い始めるのが原則です。

高齢者や慢性疾患のある人などには、重症化を防ぐにも効果がありますので、熱が出たら早く受診し診断を受けることが大切です。

### インフルエンザの検査キットとは

綿棒で、のどの粘膜や鼻水を採取し、それを試薬に溶かしてキットで判定します。

ウイルス感染の有無や、感染していた場合にA型とB型のどちらかのインフルエンザなのか判定できます。

判定結果は、通常30分程度でわかります。

ただし、感染直後はウイルスの量が少ないので、感染していても陰性になる可能性があります。

## 家庭での対処法

- 十分に水分補給をしながらゆっくり休養することが第1です。部屋の窓は時々開けて換気をし、加湿器などで保湿をこころがけましょう。
- 感染した人も家族もマスクをして、手洗いとうがいをまめに行い、さらなる感染を防ぎましょう。
- 熱が下がっても、周りの人に感染させる可能性があるため、人の集まる所は避け、できれば、熱が下がった後、2日間は自宅で休養するようにしましょう。

