



市立病院だより
ほほえみ

発行 越谷市立病院
 発行人 院長 丸木 親
 編集 院内情報誌編集委員会
 連絡先 〒343-8577
 越谷市東越谷10-32
 電話 048-965-2221 (代)
 F A X 048-965-3019
 発行日 平成31年1月 (No.38)

インフルエンザ感染症について

呼吸器科 副科部長

小林 功
こばやし いさお

インフルエンザ(インフルエンザ)は、インフルエンザウイルスを病原とする気道感染症であるが、「一般のかぜ症候群」とは分けて考えるべき「重くなりやすい疾患」です。

疫学

毎年、世界各地で大なり小なり、インフルエンザの流行が見られます。温帯地域より緯度の高い国々での流行は冬季に見られ、北半球では1~2月頃、南半球では7~8月頃が流行のピークとなります。熱帯・亜熱帯地域では、雨季を中心としてインフルエンザが発生します。(緯度によって、流行のシーズンが逆になるのです！)

わが国のインフルエンザの発生は、毎年11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1月~3月頃に患者数が増加し、4~5月にかけて減少して

いくパターンを示しますが、夏季に患者が発生し、インフルエンザウイルスが分離されることもあります。流行の程度とピークの時期は、その年によって異なります。例年、夏季でも沖縄では一定数の発症が散見されます。

臨床症状

A型またはB型インフルエンザウイルスの感染を受けてから1~3日間ほどの潜伏期間の後に、発熱(通常38℃以上の高熱)、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然現われ、咳、鼻汁などの上気道炎症状がこれに続き、約1週間の経過で軽快するのが典型的なインフルエンザ症状です。

治療・予防

従来、対症療法が中心でしたが、1998年にわが国でも抗A型インフルエンザ薬としてアマンタジン(シンメトレル®)を使用することが認可され、ノイラミニダーゼ阻害薬であるザナミビル(リレンザ®)、オセルタミビル(タミフル®)は、2001年、ラニナミビル(イナビル®)は、2010年より使用されています。

そして一昨年、2017年新たにキャップ依存性エンドヌクレアーゼ阻害薬であるパロキサビルマルボキシル(ゾフルーザ®)が使用できるようになりました。

抗インフルエンザ薬	利点	欠点
薬品名：シンメトレル® 成分：アマンタジン	古くからある	A型にしか効かない すぐに耐性ができる
薬品名：リレンザ® 成分：ザナミビル	吸入薬/予防投与としても使える	吸入薬/5日間の使用が必要/1日2回の吸入
薬品名：タミフル® 成分：オセルタミビル	飲み薬/比較的安価/予防として使える/細粒もある	5日間の使用が必要 1日2回の内服
薬品名：イナビル® 成分：ラニナミビル	一度の吸入でよい	比較的高価 吸入の失敗の可能性
薬品名：ゾフルーザ® 成分：パロキサビルマルボキシル	一度の内服でよい	比較的高価 まだ、新規の薬剤である

吸入薬は手技の影響もあるという事を考えなければなりません。他の人への感染のリスクを下げるためにも、きちんとした服用が大切です。一度の使用のみで良いという選択肢はそれがメリットになるかと考えます。

※マスク、手洗いは、自身の感染を防ぐだけでなく、他者への感染防止にも有効であるので、意識的に行うようにしてください。
感染症は、自分の事だけでなく、家族や他者の事も考えた対応をお願いします。



インフルエンザ対策について

看護部 感染管理認定看護師

おがわ まさひろ
小川 昌洋

インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染しています。また、流行が始まると短期間に多くの人へ感染が広がるため、対策を行うことが大切となります。

【感染経路】

インフルエンザウイルスは咳やくしゃみのしぶきに含まれ、それを吸い込むことで感染(飛沫感染)する場合と咳やくしゃみのしぶきがドアノブやテーブルなどに付着し、それらに触れた手で目や鼻をこすり感染(接触感染)する経路があります。

【うつらないようにするためには・・・】

飛沫感染、接触感染といった感染経路を断つことが大切です。

- ・帰宅時や調理の前後、食事前などこまめな手洗いを心がけましょう。
- ※アルコールを含んだ消毒液で手を消毒することも効果的です。アルコールを含んだ消毒液は薬局などで購入できます。
- ・普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておくことも発症予防の効果があります。
- ・予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。

ただし、予防接種の効果が続く期間は、一般的には5ヶ月程です。

【かかったときに気をつけること】

「他の人にうつさない」ことが大事です。特に、接触機会が多い家族間で、インフルエンザ対策をすることにより、家族内感染を防ぐことができます。

- ・同居する他の家族、特に重症になりやすいお年寄りなどにはなるべく接触しないよう心がけ、できるだけ症状が出現してから5日～7日間は、他の家族と離れて静養しましょう。
- ・1時間に1回程度、短時間でも、部屋の換気を心がけましょう。
- ・咳が出るときは、マスクを着けましょう。
- ・家族が患者さんと接するときには、念のためマスクを着用し、お世話の後は、こまめに手を洗いまししょう。

インフルエンザの感染力はとても強く、このような対策を行っても、家庭内の誰かにうつしてしまうことがあります。そのため、一人ひとりがインフルエンザに「かからない」、かかってもし「うつさない」という心がけが大切です。

インフルエンザ予防接種

薬剤科 薬剤師

ほそだ ゆうすけ
細田 悠介

今回、薬剤科からはインフルエンザの予防接種についてお伝えしたいと思います。

予防接種の受け方

予防接種の接種回数は、年齢によって異なります。

年齢	接種回数
6ヶ月～2歳	1回
3歳～12歳 ※	2～4週間の間隔をあけて2回
13歳以上～	1回もしくは1～4週間の間隔をあけて2回



※3～12歳の方は、予防接種を2回、受けなければなりません。

お子さまが受ける場合には、注意しましょう。

接種後の注意点

注射を打った部分が痛い、微熱が出るなどの症状が出る場合がありますが、通常2～3日程度で消失します。

ただし、接種直後に急激な息苦しさや全身が痒くなる、めまいがするなどの症状が出た場合は、すぐに医師に知らせるようにしてください。

また、接種当日の入浴は可能ですが、過激な運動は24時間控えましょう。

予防接種ってどれだけ効果があるの？

年齢	1回摂取した場合の発症予防率	2回摂取した場合の発症予防率
0～15歳	68%	85%
16～64歳	55%	82%

「日本臨床内科医会」が集計した、予防接種を受けた方のインフルエンザ発症予防率になります。



一見すると効果が少ないように見えても、発症してしまっても予防接種をしていた場合は、症状が重くなるのを予防してくれる効果もあります。

高齢者で予防接種していた場合と、していなかった場合と比べると、インフルエンザによる死亡率が5分の1に低下したそうです。

予防接種をすることで、
症状の発症予防、
症状の軽減につながります。



インフルエンザの検査について

臨床検査科 副技師長 黒澤 直美 くろさわ なおみ

インフルエンザウイルスの検査には、研究機関で実施されているようなウイルス培養や遺伝子検査などがありますが、日本では、インフルエンザの診断に簡単な抗原検出迅速診断キット(以下、「迅速診断キット」)が広く使われています。

【迅速診断キットについて】

迅速診断キットは、ウイルスがA型およびB型のインフルエンザウイルスであるかを検出できる検査です。反応時間は、使用する迅速診断キットにより異なりますが、短縮化の傾向が見られ15分以内であることが多くなっています。

2009年に流行した新型インフルエンザは、変異体であったため検出感度は低かったと報告もありましたが、検出可能でした。

【採取部位】

検査材料として、当院では細い綿棒を鼻の一番奥まで入れて粘液を採取する、鼻腔ぬぐい液で主に検査をしています。その他にも鼻かみ液や、お子さんでは鼻から吸引した鼻汁などでも検査をしています。

鼻に綿棒を入れる痛みには個人差があります。が、より良い検査のためには、きちんとした採取方法が重要ですので少し我慢してください。

【検査のタイミング】

インフルエンザウイルスは、発症(発熱)1〜2日後に排泄のピークに達すると言われています。発症して間もないと、体内で増殖したウイルスの数は少なく、インフルエンザであっても陰性と結果が出てしまうことがあるため、当院では発症後8時間経過してから検査を推奨しています。治療に使用する抗インフルエンザ薬は、インフルエンザウイルスの増殖を抑えて症状の悪化を防ぐ

効果がありますが、発症から48時間以内に使用しないと効果を発揮できないと言われています。インフルエンザ検査の最適なタイミングは、発症後8〜48時間以内ということになります。「インフルエンザかな？」と感じる症状が出てきましたら、その日時を覚えておいてください。

インフルエンザかな?と思ったら
その日と時間をチェックしてください。



これから、ますます
寒くなってきます!!

まずは・・・
小まめな



手洗い



うがいで

感染予防!!



◇ 新採用医師の紹介 ◇

— 平成30年10月1日付 —

(内科) 増山 敦 ますやま あつし

(眼科) 荒井 宣子 あらい のぶこ

(脳神経外科) 西岡 和輝 にしおか かずき

(婦人科) 川合 貴幸 かわい たかゆき

— 平成30年12月1日付 —

(小児科) 松田 明奈 まつだ あきな

編集後記

新年明けましておめでと〜ございます。昨年は12月にも夏日のような暖かい日があり、年末まで割と薄着で過ごせましたね。しかし、1年を通して風疹が流行し、体調を崩された方も多かったのではないのでしょうか。日頃の体調管理は欠かせないと感じます。お正月を祝った後は、また新しい1年を楽しく過ごしましょう。

院内情報誌編集委員長 尾羽澤 英子