



# ほけんだより

第96号  
平成20年11月

子育て施設課  
電話 0823-25-3144

## ～インフルエンザへの対応について～

### インフルエンザはどのような病気？

通常の風邪とは異なり、重篤な病気です。熱性けいれんや肺炎の合併、さらにはライ症候群などさまざまな合併症につながる可能性があります。

突然、意識がおかしくなり、けいれんを起こしたり昏睡状態になること。

インフルエンザの潜伏期間は、通常1～4日、平均2日くらいです。発症の24時間前から他の人に感染する可能性があります。患者からのウイルス排泄は、発症後3日間が最も多く、7日間程度持続します。抗ウイルス薬の使用によってもこの期間の短縮は期待できないとされています。

インフルエンザは基本的に飛沫感染<sup>ひまつかんせん</sup>です。直接飛沫により感染するため、感染源と1m以上の距離が開いていれば伝染リスクは低くなります。しかし、インフルエンザウイルスは環境表面でも一定期間生き延びるとされていますので、汚染した手指やドアノブなどを介しての接触感染も見られますので、換気や手洗いが予防に有効です。

幼稚園や保育所の職員は流行シーズン前にインフルエンザワクチンを接種しておくことが大切です。

ワクチンの有効率は、高齢者や小児よりも働き盛りの健常成人で最も高く、自らの罹患予防と同時に、職場で接する園児たちへの感染伝播を防ぐことができます。

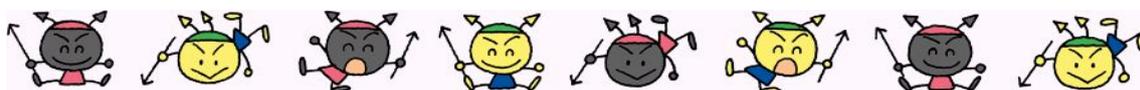
職員が罹患した場合は、速やかに勤務を停止します。解熱後2日間を経過するまでは自宅で療養し、勤務開始後、咳や鼻水が認められる場合はマスク着用などにより周囲への感染を防ぐことが大切です。

## インフルエンザワクチンの感染予防に関する有効率は？

麻疹やポリオに比べると低いですが、副作用の程度や頻度は高くなく、接種により統計上有意に予防効果があります。また、高病原性鳥インフルエンザ（新型インフルエンザ）が流行した場合でも、これまでのワクチンを接種していると発熱があった場合、新型インフルエンザの可能性が高いと判断されるため、より早い対応が可能となります。

インフルエンザの治療に、抗ウイルス薬（タミフル、リレンザ）が用いられます。薬の副作用として異常行動が問題となっていました。今春、厚生労働省が提出した調査結果は薬の副作用と断定できないということでした。治療に関しては、医師の説明を聞き、十分納得したうえで対応されることが望ましいです。

## あなたを苦しめる犯人はどっち？



	かぜ	インフルエンザ
発熱	ないかもしくは微熱	38～40℃
主な症状	上気道症状、鼻汁など	発熱、筋肉痛、関節痛など
悪寒	ゆっくり	急激に発症
全身の痛み	なし	強い
経過	短い長引くこともある。	短い
合併症	少ない	気管支炎、肺炎
発生状況	年間随時	流行性

## 残念ですが、インフルエンザにかかってしまったら

・早めに医療機関に受診しましょう。発症してから48時間以内に服薬するとウイルスの増殖を抑える効果のある薬があります。

・安静にして十分な睡眠をとりましょう。

・高熱による脱水症状に注意して、こまめに水分補給をしましょう。

・消化のよいものを食べましょう。

・発症時には人が集まるところを避け、外出時にはマスクをするなど周囲への配慮を忘れずに。

口の渇き・頭痛  
吐き気・めまい  
皮膚の乾燥  
尿量の減少など

ほけんだよりは、呉市のホームページでもご覧になることができます。

アドレス <http://www.city.kure.lg.jp/~kodosise/hoken.html>