



冬の感染症

冬は風邪やインフルエンザをはじめとする感染症が流行しやすくなるのはなぜでしょう。ウイルスは低温・低湿度を好み、人の免疫力は低気温で体温が下がることで低下します。このような理由で、冬はインフルエンザをはじめ、風邪や急性胃腸炎などの感染症が流行するのです。



RSウイルス (RSV) 感染症

【原因】 RSV 感染症は RS ウィルス (RSV) によって引き起こされる乳幼児の代表的な呼吸器疾患です。感染経路は飛まつ感染と接触感染で、家庭内でも高率に感染することが明らかになっています。大人にもうつります。潜伏期間は 4~6 日です。

【流行時期】 例年 11~1 月の冬季にピークが見られます。

【好発年齢】 生後 1 歳までにほぼ半数の子供が感染し、2~3 歳までにほぼすべての子どもが経験します。特に乳児期早期 (生後 6 ヶ月以内) に初めて感染した場合は、細気管支炎、肺炎など重症化しやすい傾向があります。

【症状】 感染後、4~6 日間の潜伏期を経て発熱、鼻汁などの症状が数日続きます。多くは「鼻かぜ」程度の軽症ですみますが、ひどい咳、喘鳴^{ぜんめい}、呼吸困難などの症状が出現し、細気管支炎、肺炎へとすすむ場合もあります。



初感染時には、25~40%の乳幼児で重症化するといわれています。年齢が上がるほど症状は軽くなる傾向があります。低出生体重児や心肺や神経・筋肉に病気がある場合、免疫不全が存在する場合などは重症化のリスクが高まります。

ほとんどは 1~2 週間で徐々に回復しますが、重症例では呼吸困難などのために入院が必要となる場合があります。



【治療】 特効薬はなく、基本的には対症療法を行います。



現在、迅速診断キット検査は、外来では 1 歳未満しか保険がききません。

インフルエンザ

【原因】 インフルエンザはインフルエンザウィルスによって引き起こされる感染症で、爆発的な感染力を持っています。くしゃみなどにより飛沫感染し、潜伏期間は1～3日です。

【流行時期】 例年11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1～3月頃にピークとなり、4～5月にかけて減少します。流行が始まると、短期間に乳幼児から高齢者まで年齢を問わず多くの人々が感染します。

【症状】 突然の38℃以上の高熱と全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状が起こり、これと同時期あるいは少し遅れてのどの痛みや咳などの呼吸器症状が現れます。通常は発熱が数日持続した後、1週間程度で回復します。



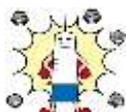
注意すべき合併症として、特に高齢者に発症しやすい肺炎、小児に稀に見られる脳症(けいれん、意味不明な言動、急速に進行する意識障害などが主な症状)があります。

【診断】 最近では迅速診断キットによる診断が一般的になってきましたが、発症直後に検査した場合などではウィルス量が少ないため、感染していても陰性になることがあります。最終的には症状などから総合的に判断します。



インフルエンザと診断された場合、呉市保育園・幼稚園マニュアルでは登園基準を解熱後3日間経過した後と定めています。

【治療】 対症療法と抗ウィルス薬が基本ですが、健常者の場合、抗ウィルス薬が必ずしも必要なわけではありません。タミフルと異常行動の関係は未だ明確ではなく、現在でも10歳代患者への投与は差し控えることとなっています。解熱薬は種類によっては使用を避けるべきものがありますので、医師とよく相談しましょう。



ワクチンを接種してから抗体ができ予防効果が発現するまで約2週間かかるといわれています。ワクチンは12月末までに医療機関で受けましょう。



感染症予防のポイント

- 外出から帰った時、食事前、トイレ使用後には必ず手を洗いましょう。
- バランスの良い食事や十分な睡眠をとり、体調を整えましょう。
- 空気の乾燥により、のどの粘膜の防衛機能は低下します。部屋の湿度は50～60%に保つと効果的です。
- インフルエンザなどの流行時は人ごみへの外出を控え、外出時にはマスクをすることも有効です。
- 咳やくしゃみなどの症状がある場合は、マスクをしたりしてしぶきなどを飛ばさないことが、周囲への感染予防の「咳エチケット」です。



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。

URL <http://www.city.kure.lg.jp/~kodosise/hoken.html>