

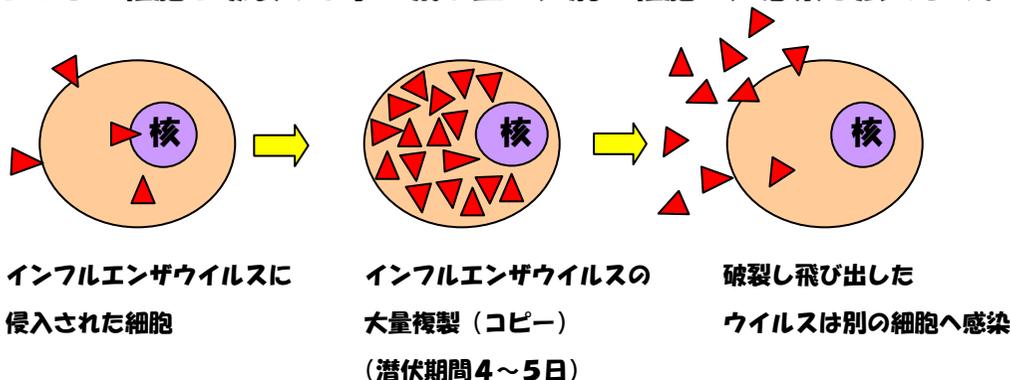
インフルエンザとは？

<1> どんな病気なの？

- * インフルエンザウイルス（A型・B型）の感染によって、突然の高熱が数日間つづき、その間に風邪症状を伴います。特に新型インフルの場合、まれに重症化（インフル肺炎・インフル脳症）する場合があります。

<2> 感染から発症まで

- * インフルエンザウイルスに感染すると（飛沫感染）ウイルスは鼻やのどの粘膜細胞に侵入し、そのDNAシステムを利用して、自分の分身（コピー）を大量に生産し、やがてその細胞が破裂する事で飛び出し、別の細胞へ、感染を広げます。



- * インフルエンザウイルスの全身への拡散が始まると、体の免疫システムが作動し、ウイルスの活動性を抑えるために体温を急上昇させます。

<3> 診断と治療

- * 診断にはラピッドビューという検査キットを使います。10分後に結果がわかります。
- * 治療にはタミフルを5日間のみます。
タミフルはインフルエンザウイルスが細胞から飛び出す事を防ぐため、ウイルスの拡散を抑える事ができます。
又、風邪症状に対して、細菌の二次感染予防のために抗生物質を中心としたお薬もいっしょに飲んでもらいます。
- * 治療中に強い咳や、呼吸困難などの気管支炎症状（インフル肺炎の疑い）が出現したり、強い頭痛、吐き気（インフル脳症の疑い）がおさまらない時は必ず病院を受診して下さい。

＜4＞インフルエンザにかかったら

- * まわりの人達への感染を防ぐため、必ずN95マスクをつけて下さい。
できれば、うがいや手洗いもして下さい。
- * 家族の方もN95マスクをつけ、うがい、手洗いをひんぱんに行ってください。
- * ウイルスの活動性を低下させるため室内の加湿をして下さい。
(飛沫感染対策：湿度50%～60%)
- * 高熱が続くので十分な水分補給をして下さい。
- * 安静にして、休養をとってください。また、食欲があればバランスのとれた消化の良い食事をとってください。
- * 人混みや、繁華街への外出を控え、無理をして学校や職場等に行かないようにしてください。(少なくとも5日間)
- * タミフルは、必ず5日間のんでください。
(途中でやめると、他の人へ感染が拡がります)

＜5＞新型インフルエンザにかかったら

- * 過去に流行した事がないため、ほとんどの人は免疫を持っていません。
そのため、思いがけないほど重症化する事がまれにあります。
特に若い人は、免疫システムがオーバーに反応(サイトカイン・ストーム)する事があります。
- * 息苦しさや、激しい頭痛が出てきたら、必ず病院を受診してください。

＜6＞インフルエンザワクチンを受けましょう

- * インフルエンザは毎年12月初め頃から出現します
(流行のピークは1月から2月にかけて)
11月中にワクチン接種する事でほぼ確実にインフルエンザを予防できます。