インフルエンザに注意しましょう

保健管理センター管理医　　松本　晃裕

ほけせん便り129号《改訂版》

平成24年12月21日発行

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気ですが、感染力が強いのと、罹患すると重症化しやすいので、注意が必要です。

予防としては、ワクチンの予防接種、人混みでのマスクの着用、咳エチケット、手洗いやうがい、室内などの適度な湿度の保持などがあります。

年によって異なりますが、本格的な流行は年末ぐらいから3月末までぐらいです。予防接種をしても十分な抗体がつくには2～3週間かかりますので、予防接種を受けるなら11月中旬頃に受ける必要があります。尚、ワクチンの予防接種を受けてもインフルエンザに罹ることもありますので、注意して下さい。

風邪は、喉の痛み、鼻汁、くしゃみや咳などの症状が中心です。発熱もインフルエンザほど高くはなりません。

一方、インフルエンザに罹患すると、喉の痛み、鼻汁、咳に加えて、発熱（多くの場合は38℃以上）、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身症状が突然現れます。小児ではごく稀に急性脳症を、高齢者や重症の糖尿病患者では肺炎になる等、重症になることがあります。

但し、発熱が38.0℃未満の場合も20％弱ぐらいの割合で起こりますので、注意が必要です。

インフルエンザに罹っても症状が軽度の場合や、あるいは発熱も37.2℃ぐらいとそう高くない場合もありえます。またB型インフルエンザの場合は悪心、嘔吐、腹痛などの消化器症状が強く出る場合もあります。

インフルエンザが流行している時期になりますと、こうした症状があれば速やかに病院を受診し、インフルエンザの抗原検査と医師の診察により的確な診断を受ける必要があります。

2009年に流行した新型（豚）インフルエンザ：

この新型インフルエンザの流行時には、大部分の人が免疫を持っていなかったため大規模な流行が起きました。ただその後、このインフルエンザウイルスに対するワクチン接種も広く行われ、また病気になった方は免疫も有するようになり、2010年以降は大流行はしなくなりました。

そこで厚生労働省は、2011年3月新型インフルエンザについて、通常のインフルエンザ対策という　より緩和した対策に移行しました。

病院でインフルエンザと診断されたら、外出は控え、自宅で暖かくして、十分な睡眠と休養をとるようにしましょう。また病院で処方されたインフルエンザ治療薬を服用して下さい。

学校保健安全法では「インフルエンザと診断された場合の出席停止の期間の基準として、発症した後５日を経過し、かつ、解熱した後２日（幼児にあっては、３日）を経過するまで」となっています。

授業や試験等について不明な点がある場合は、教務課教務係または教務課大学院係にメールまたは電話で相談してください。

教務課教務係　電話　042-330-5168
メールアドレス　kyoumu-kakari@tufs.ac.jp

教務課大学院係　電話　042-330-5167
メールアドレス　kyoumu-daigakuin@tufs.ac.jp

リンク情報；

1）国立感染症センター　インフルエンザ流行マップ
https://nesid3g.mhlw.go.jp/Hasseidoko/Levelmap/flu/new_jmap.html

2）厚生労働省　インフルエンザＱ＆Ａ
http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01 /qa.html