

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による感染症で、一般的な風邪とは別のウイルスが原因です。風邪よりも症状が重く、インフルエンザ脳症や肺炎などの重い合併症に至ることもあります。乳幼児に問題とされているインフルエンザ脳症は、時に死に至ることがあります。そのため乳幼児、高齢者や糖尿病、肺、心臓や血液などの慢性の病気を持つ人は、予防ワクチンの接種が勧められています。

【症状】

38度以上の急な発熱から始まり、関節痛、筋肉痛、頭痛などの強い全身症状があります。その後2-3日で、咳、喉の痛み、鼻汁などの風邪と同じような症状を伴います。

【診断】

症状からだけではインフルエンザと診断することの難しいことも多く、ドクターのオフィスで鼻腔や咽頭のぬぐい液を用いて、迅速に診断されることもあります。

【治療】

インフルエンザという診断がつけば、抗ウイルス剤と呼ばれる治療薬があります。発症後48時間以内に内服すれば、その症状が軽く抑えられるとされています。一般に副作用が少なく、安全な薬と考えられていますが、行動異常などとの因果関係の可能性も指摘されており、その内服については主治医の先生と良く相談してください。

また解熱鎮痛剤の中には、ライ症候群やインフルエンザ脳症という病気を引き起こす恐れのあるものもありますので、その内服については、主治医の先生のアドバイスに従うのが良いでしょう。

【予防】

インフルエンザは咳やくしゃみを通じて感染します。生活の中でできる予防は、1) マスクの着用や加湿器などで乾燥を防ぐ、2) 流行時期は人込みを避ける、3) 帰宅後は手洗い、うがいをする、4) 十分に睡眠をとる、5) 栄養バランスの良い食事をとる、などです。

インフルエンザの予防には、ワクチンを受けることが大切です。接種したからといって感染を完全に防ぐことができませんが、発症しても症状の軽くすむことが多く、重大な合併症を予防するといわれています。

ワクチンの接種を受けてから、効果が出るまでに約2週間かかり、その効果は5-6ヶ月持続します。インフルエンザの流行は、主に12月から3月ごろですので、流行の始まる12月上旬には、接種を済ませておくのが良いでしょう。かかりつけのドクターのオフィス以外でも、市内の薬局で受けることができます。乳幼児や、高齢者、糖尿病、呼吸器、心臓、血液などの慢性の病気を持つ人以外でも、幼稚園、小中学校で集団生活を送る子供やその家族も、ワクチンの接種が勧められます。

ワクチンの製造には、鶏の卵が使われており、卵アレルギーのある人は、念のためドクターに相談してください。

【もしインフルエンザにかかったら】

上記の特別な薬の投与以外は、一般の風邪と同じ対症療法です。安静にして休養、睡眠、水分や栄養を十分にとるようにしましょう。症状が重いようであれば、早めに主治医の先生に相談しましょう。