



今年も残すところわずかとなりました。この時期に気になる話題と言えば・・・今回はインフルエンザのお話です。

インフルエンザ

主な症状

1～3日の潜伏期の後、38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛などの全身症状が突然現れます。下痢や嘔吐などの消化器症状やのどの痛み・鼻汁・咳などの呼吸器症状を伴うことが多いです。時に、熱性けいれんや高熱に伴う熱せん妄、異常行動もあり注意が必要です。

診断方法

綿棒で鼻汁をとってインフルエンザウイルスがいるかどうか調べます。10分程度で結果が出ますが、発症直後に検査した場合などはウイルスの量が少ないため、感染していても陰性になることがあります。

発症後12～24時間経過してからの受診をお勧めします。

登校・登園について

出席停止期間は、**「発症した後5日間を経過し、かつ解熱後2日間（幼児は3日間）を経過するまで」と**言われています。インフルエンザ陽性の診断を受けた方には説明用紙をお渡ししていますので参照ください。幼稚園・保育園など登園許可証が必要な場合は用紙を持ってきていただければ記入しますので、通っている園に確認してください。



感染予防

インフルエンザを発症する前日から発症後3～7日程度は感染力があると言われています。インフルエンザ患者の咳・くしゃみなどとともにウイルスが小さな飛沫（しぶき）となって空気中に飛び散りうつります。（飛沫はおおよそ2m飛ぶと言われています。）

うつらないためには、人混みを避け、外出時にはマスクを着用し、帰ってきたらうがい・手洗いをしましょう。栄養と休息を十分にとり、室内の加湿と換気も大切です。



インフルエンザワクチンについて

インフルエンザワクチンは、インフルエンザウイルスの感染やインフルエンザの発症そのものを完全に防ぐことはできません。重症化や合併症の発生を予防する効果は証明されており、重症化予防を主目的とするワクチンです。

副反応は主に「局所の発赤、腫れ、痛みなど」です。全身反応として、発熱、悪寒、疼痛、倦怠感、嘔吐・嘔気、下痢、食欲減退、関節痛、筋肉痛などがありますが、通常2～3日中に消失します。

ワクチンには4つの型が含まれていますので、罹った後でもワクチン接種は有効と言われています。



治療薬

内服

- ・タミフル（10代にも処方でき、5日間飲みます。）
- ・ソフルザ（錠剤で10kg以上に処方。1回の内服で治療終了。）
- ・麻黄湯（漢方薬）

吸入

- ・イナビル→1回吸入で終了
- 10歳未満は1回2吸入
- 10歳以上は1回4吸入



失敗しても再処方
はできません。

院内で吸入の機械を使用して行うイナビル吸入もあります。1回10分以上かかります。内服も難しく、自力で吸入を吸うことができない方へ。診察時に医師と相談になります。

- ・リレンザ→1日2回吸入 5日間
年齢を問わず吸入量は同一



点滴

- ・ラビアクター1回（解熱しないときは翌日も投与する場合あり）

- ・診断後に医師と相談して決定します。
- ・薬を使用開始後に他の種類の抗インフルエンザ薬に切り替えることは保険の関係上認められていません。
- ・解熱剤はアセトアミノフェン（アルピヤや加ナール）を使用しましょう。

発症後48時間以上経過してしまうと、ウイルスの増殖により薬の効果が十分に得られないと言われていますので、発症後48時間以内には受診し治療を受けましょう。

自然経過では、1週間程度症状が持続します。

今月の絵本



「しょうぼうじどうしゃ しぶた」 渡辺茂男 さく 山本忠敬 え

この本を読むと消防署にはどんな種類の車があるのか気になってきました。日頃がんばって働いてくれる自動車を見学に行ってみましょうか・・・



クリニックの本棚にあるよ



おしらせ

インフルエンザワクチン接種は12月いっぱいでの終了の予定です。WEBからの完全予約で行っております。在庫に限りがあるため、これから接種ご希望の方は、お早めにご予約お願いいたします。詳細はホームページをご確認ください。

年末年始は12/29～1/3まで休診です。

今年1年ありがとうございました。また来年もよろしくお願いいたします。

