

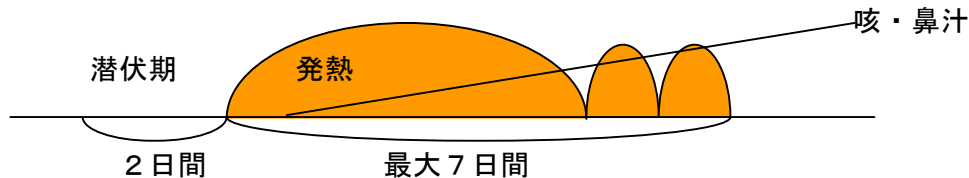
インフルエンザ

(大人版)

症状は？



インフルエンザの典型では、突然の $38^{\circ}\text{C}\sim 39^{\circ}\text{C}$ を超える発熱で始まります。また頭痛・関節痛・筋肉痛・全身倦怠感（だるさ）など全身の症状も強く出るため、普通のかぜに比べ非常にしんどいのが特徴です。咳や鼻水なども少し遅れて出てきます。新型インフルエンザも同じです。



合併症は？

肺炎・気管支炎・心筋炎などがあります。高齢者の方や、呼吸器や心臓に慢性の病気を持つ方は、合併症を起こしやすいことが多いので注意が必要です。またタバコを吸う方は普段から免疫力が低下しているため、非喫煙者の2.4倍インフルエンザに罹りやすく、重症化しやすいのでご注意ください。

診断するには？

インフルエンザの診断には「インフルエンザ迅速診断キット」を用いて検査をします。綿棒で鼻の奥の粘膜をこすり、インフルエンザウィルスがどうかを調べるものです。外来診察の場で検査を行い、短時間で結果が出ます。

診断キットで陽性（+）になるには、インフルエンザウィルスの量がある程度必要です。ウィルス量の少ない発病の初期は陰性（-）になりやすいことが報告されています。また3日以上経ってもウィルス量が減っていて、誤って（-）になることがあります。

症状が出てから12～24時間以上経ってから受診していただくと、迅速診断キットによるウィルスの検出率が高くなり、診断に有効です。

2009年に出現した新型インフルエンザもこの検査で調べますが、新型、季節性が同時に流行した状況では、どちらに罹患しているかは判断できません。

どちらにしても、対応は同じになります。

治療は？

抗インフルエンザ薬の飲み薬『タミフル』や吸入薬『イナビル』があります。これらの薬はA型またはB型のインフルエンザウィルスの増殖を抑えて、諸症状を和らげる薬です。薬はインフルエンザの症状が表れてから、48時間以内に使い始めないと効果は期待できません。

しかし最近、タミフルの服用と関係あるのではないかとされる未成年の精神神経症状（意識がぼんやりする・うわごと・興奮や幻覚・異常行動）が報告されています。当院では、未成年についてはできるだけ使用を控えることとし、成人の患者様についても薬の有用性と危険性を十分考慮し、ご相談させていただきたいと考えています。また、投与を受ける際には、指導された観察事項などを徹底していただくようお願いします。基本的にはイナビルも同じ対応です。

※タミフルが使えない方:妊娠中の方・授乳中の方

妊娠中の投与に関する安全性は確立していない

乳汁中に移行することが報告されているので、飲む場合は授乳を止めること

本来は自分の免疫力で治っていくものです。基本は栄養と休養です。消化の良いものを食べ、睡眠を十分とって心身を休めてください。熱がある時は水分をしっかり摂りましょう。

職場や学校を休む期間はどのくらい？

一般的にインフルエンザに感染して、症状が出てから3~7日間ウィルスを排出すると言われています。健康な成人では、インフルエンザは通常2~3日で熱が下がりますので、熱が下がっても1, 2日はうつす可能性が残ることになります。したがって、症状が出てから3~7日間は他の人にうつす可能性が高いので、学校や職場に行く場合には、マスクをするなどの配慮をしてください。

学校保健法では、『発熱してから5日目、なおかつ2日間の解熱を確認するまで』が出席停止期間となっていますが、職場復帰の目安については決まったものではありません。

インフルエンザ罹患後は体力等の低下もありますので、無理をせず、十分に体力が回復してから復帰するのが良いと考えられます。

咳などが続いている場合には、マスクをするなど、周囲への配慮もお忘れなく！

* この情報は、国立感染症研究所のホームページを参考にしています

インフルエンザワクチンは毎年受けましょう
咳エチケットを守って、感染拡大を防ぎ



京都協立病院
内科