

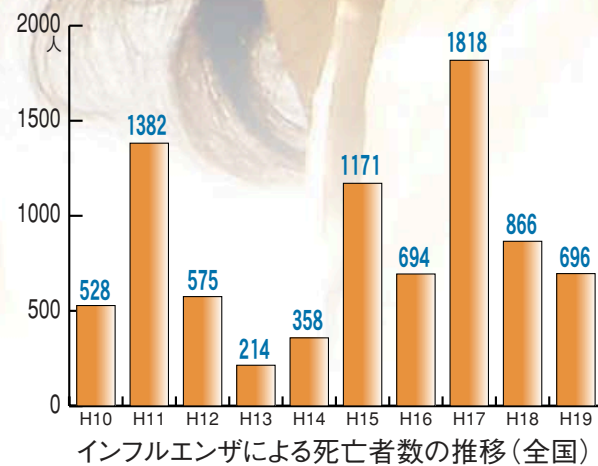
本当は怖いインフルエンザ

毎年冬になるとインフルエンザの流行が心配されます。みなさん、インフルエンザの予防接種は受けられましたか。インフルエンザはカゼとは違う病気です。今回はインフルエンザについて知っていただき、感染を防ぐための予防と対策を考えていきましょう。

インフルエンザの歴史

突如として発生して瞬く間に広がり、数か月のうちに消えていく、咳(せき)と高熱の流行性の病気の記録は世界各地で古くからあったといわれています。日本では、江戸時代に海外から長崎へ持ち込まれたインフルエンザウイルスが、幾度か全国的に流行し、「お駒風」・「谷風」・「津軽風」などと、流行が始まった地方の名前をつけたり、その当時の世相を反映したさまざまな名称で呼ばれていたようです。そして一八九〇年ごろには、インフルエンザのことを「流行性感冒」と呼ぶことが定着してきました。

インフルエンザの流行で過去最大の被害となったのは、一九一八年にスペインを中心に世界各地で大流行した「スペインかぜ」で、死者は五千万人にものぼったと推定されています。当時の世界人口が十八億人ですから、約四十人に一人が亡くなったことになり、日本でも三十八万人のかたが亡くなりました。その後インフルエンザの流行は、一九五七年に「アジアかぜ」、一九六八年には「香港かぜ」、次いで一九七



七年の「ソ連かぜ」と大流行しています。そして近年では、「ソ連かぜ」以降に大きな流行が起こっていないことや、アジアをはじめ世界各地で「鳥インフルエンザ」が発生していることなどから、「新型インフルエンザ」の誕生が心配されています。

原因と症状の特徴

原因となるインフルエンザウイルスは抗原性の違いから、A型・B型・C型に大きく分類され、流行的な広がりを見せるのはA型とB型です。C型については、人にも感染しますが大きな流行は起こさないとされています。

予防と対策

- インフルエンザの感染を防ぐには、次のことを必ず習慣づけ、心がけましょう。
- ① 流行前にワクチンの接種を受ける。
 - ② 出かけるときはマスクを着用する。
 - ③ 帰宅時には手洗い・うがいを行う。
 - ④ 室内では加湿器などを使って、適度な湿度(五〇〜六〇%)を保つ。
 - ⑤ バランスのとれた食事を心がけ、十分な睡眠をとり体力と抵抗力をつける。

発病時には要注意

インフルエンザにかかった人の中で、未成年における異常行動が近年報告されています。小児・未成年のかた

命を守る糸口

現在では、医療の進歩やワクチンの開発も進み、死亡率も減少する中で、「インフルエンザはカゼの一種でたいしたことはない」という認識が広まっています。しかし、実際は決してそうではなく、インフルエンザは十分な警戒と理解が必要な病気なのです。正しい知識と正確な情報を知り、日ごろからの予防と対策が大切な命を守る糸口になるのではないのでしょうか。



新型インフルエンザ患者の搬送訓練

新型インフルエンザ

「新型インフルエンザ」とは、人が今までに経験していない、人から人へと容易に感染するインフルエンザウイルスのことをいいます。

ウイルス誕生の仕組みはさまざまですが、近年では「鳥インフルエンザ」が人に感染した例も報告されており、これが人の体内で変化し「新型インフルエンザ」が誕生するのではないかと警戒されています。

恐れられている理由としては、ほとんどの人が免疫をもっていないこと、交通機関などの発達から短時間で世界的に大流行する可能性があることなどがあげられ、発生すれば過去最大の被害となることが予想されています。

市消防本部においても、広報活動をはじめ、市内の病院や保健所と協力し「新型インフルエンザ」発生時の対応・搬送訓練も行っています。

詳しい内容については、厚生労働省をはじめとする各関係機関が、ホームページや広報紙で情報提供していますので参考にしてください。

京都府丹後保健所
<http://www.pref.kyoto.jp/tango/hotango/index.html>



しもやけについて

しもやけは、寒冷の刺激によって指先・足先・鼻先・耳などが赤く腫れ、痒みや痛みがあるのが特徴で、小児や女性のかたに多くみられます。また、気温が五度前後で一日の温度差が一〇度以上ある時期にできやすいといわれていて、この温度差により毛細血管の調節がうまくできなくなり、血管が悪くなって炎症を起こしている状態です。さらに、手足をぬれたままの状態にしていると、水分の蒸発とともに手足の表面から熱が奪われて、冷えてしもやけになりやすくなります。これ以外にも遺伝的要素やホルモン異常も原因として考えられています。



救急救命士 藤野光 磯

しもやけ対策としては、外出時などには手袋や帽子を着用するなどして、寒冷の刺激を避けることが大事です。また、手袋や靴下などをぬれたままの状態にせず、乾いたものに替えたりするなどの予防が重要です。しもやけになって治りが遅い場合には、病院での診察を受けることをお勧めします。

現在、人の世界で広く流行しているウイルスは、①A/H1N1亜型ウイルス(ソ連型)、②A/H3N2亜型ウイルス(香港型)、③B型ウイルスの三種類で、症状や治療・予防法に大きな違いはありません。症状の特徴としては、普通のカゼの症状にあわせて、三八度以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・全身倦怠感などの症状が強く見られます。さらに、気管支炎や肺炎、小児では中耳炎や熱性けいれんなどを併発し、重症化することもインフルエンザの特徴です。小児や高齢者、心臓・呼吸器に慢性の病気を患った方は、十分な注意が必要です。

感染ルートは飛沫感染

インフルエンザウイルスは、インフルエンザに感染している人の咳・くしゃみ・つばなどと一緒に空気中に放出されます。この放出されたウイルスを鼻や口から吸い込むことで気道に入り粘膜で感染し、人から人へと感染が広がるのです。また、インフルエンザウイルスは低温(気温一八度以下)や乾燥(湿度四〇%以下)した環境を好むため、日本では十一月から四月にかけて空气中に大量に飛散します。インフルエンザが冬の季節に急激に流行するのはこのためです。

資料：厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>