

医務室だより 12月



早いもので、もう師走ですね。この1年どうでしたか。朝晩かなり冷え込む日も増えて、いよいよ冬本番です。県内でも様々な感染症流行の兆しがあります。そこで今回のテーマは「感染症 インフルエンザ予防」です。1医療機関あたりの感染者数が「1人」を超えると流行開始の目安です。

富山県
0.42人/定点あたり(11/27)

全国的にインフルエンザ流行期入り (2.36人/定点) 対策の柱は「予防」「ワクチン」「治療」

インフルエンザとは

症状
38℃以上の発熱 頭痛 倦怠感 関節痛 が現れ、続いて のどの痛み 咳 鼻水など

原因 インフルエンザウイルス
潜伏期間 1～3日
感染経路 飛沫感染 接触感染



飛沫感染



会話や咳、くしゃみなどで飛び散った病原体の含まれたしぶき(飛沫)を吸い込むことで感染する。飛沫の大きさは直径5μm以上。水分の重みで1～2m以内で落下する。

接触感染



病原体が付着したものを触った手で目や口、鼻などを触ることで粘膜から感染する。つり革・スイッチ・ドアノブなど

★ 感染症予防3原則



抵抗力を高める



★ ワクチン接種

ワクチンの予防効果は約40%程度で、接種しても半分程度の方はインフルエンザに罹患しますが、罹患した際の重症化を防ぐ効果があります。

ワクチンの効果は接種後2週間～5か月続くといわれています。本格的な流行期の前に接種しましょう。

大学からインフルエンザ予防接種の助成があります。是非活用ください。

(※切12/27事務局へ)



★ 治療 早期診断・早期治療が大切

インフルエンザは発症後数日で体内のウイルス量が最も多くなるので、抗インフルエンザウイルス薬は早めに使用したほうが効果があります。

＜主な抗インフルエンザウイルス薬＞

飲み薬	ゾフルーザ	1回投与
	タミフルなど	1日2回5日間投与
吸入薬	イナビル	1回投与
注射薬	ラピアクタ	1回点滴で投与

【参考文献】

東山書房 / TOPページ (higashiyama.co.jp) [インフルエンザの感染を防ぐポイント「手洗い」「マスク着用」「咳\(せき\)エチケット」](#) | 政府広報オンライン NHK健康教室2024.11