

インフルエンザのシーズンは通常 11 月下旬から 12 月上旬に始まり、1 月から 3 月くらいにピークを迎えるといったのが毎年の流れです。今回のトピックスではインフルエンザについて紹介したいと思います。

### ●インフルエンザはどうやって広がっていくのでしょうか？

こういった疑問をお持ちの方もいるかと思いますが、簡単に説明します。

インフルエンザは強い感染力を持っており、主に人から人へくしゃみなどによる飛沫によって感染し、広範囲で流行を引き起こします。

またインフルエンザも毎年微妙に変異(形が変わること)したりすることも毎年流行する要因の 1 つになります。去年かかったのに、また今年もなってしまったというのはインフルエンザの形が微妙に去年と違っていたり、型が違うためなのです。



### ●風邪とインフルエンザの違いは？

風邪はさまざまな種類の病原体が鼻や喉などに感染して起こる病気の総称です。一般的に発熱はインフルエンザ程高くはなく、全身症状も比較的軽度です。

しかし、インフルエンザの場合はインフルエンザウイルスという感染力の非常に強いウイルスが原因な為、一般的に発熱や全身倦怠感、筋肉痛などの症状が強く、肺炎・脳症などの重い合併症を引き起こす事もありますので、風邪とは区別して考えるべき病気なのです。

### ●インフルエンザの診断・検査は？

インフルエンザにかかっているか調べる方法は迅速診断法と呼ばれるものが一般的です。

迅速診断キットと呼ばれる検査器具を使い、鼻または喉から粘液をとってインフルエンザかどうか調べる方法です。15分程度で結果がわかります。しかし、発症直後はウイルスの量が少ない為に感染していても陰性になる可能性もあります。その場合は医師より再度来院するよう指示がありますのでその通りにしてください。



簡単にはなりませんが、以上がインフルエンザの情報となります。

インフルエンザの予防接種など打つことも重要です。しかし、予防接種をしたからといって 100%防げるものではありません。従って、

まずはインフルエンザにならないように規則正しい生活と十分な睡眠をとることも結果として予防策となりますし、外出後の手洗い・うがいも効果的です。また多くの人が行きかう場所に行く場合はマスクを予めつけていく事もいいでしょう。今年の冬を健康で乗り越えられるよう予防に力を入れている事をお勧めします。