

新型インフルエンザ対策

感染拡大は一人ひとりが防ぎましょう

その1 新型インフルエンザとは

本年4月にメキシコやアメリカで発生した豚に由来する新型インフルエンザ（H1N1型）は、だれもが免疫を持っていないため、全国的に短期間に多数の感染が確認されています。現時点では、ウイルスの感染力やウイルスがもたらす病原性等について未解明な部分がありますが、

今回の新型インフルエンザについては、季節性インフルエンザと同様に感染力が強いものの、多くの患者が軽症のまま回復しているとされています。一方で、糖尿病や喘息等の基礎疾患がある方等を中心に死亡・重症化する例が報告されています。秋以降は、季節性インフルエンザとともに新型インフルエンザが重なって流行すると予想され、国民の生命および健康に重大な影響を与えるおそれがあると言われています。インフルエンザから身を守り、感染を広げないために、感染の予防、健康管理の徹底、医療機関の正しい受診の方等をお伝えします。

症状



新型インフルエンザの症状は、突然の高熱、咳、咽頭痛、倦怠感に加えて、鼻汁・鼻閉、頭痛等であり季節性インフルエンザと類似しています。ただし、季節性インフルエンザに比べて、下痢などの消化器症状が多い可能性が指摘されています。

ほとんどの方が軽症で回復していますが、次のような持病がある方々のなかには、治療の経過や管理の状況によりインフルエンザに感染すると重症化するリスクが高いと言われています。

感染

新型インフルエンザは、ほとんどの方が免疫を持つていないため、通常のインフルエンザに比べると、感染が拡大しやすく、多くの人が感染することが考えられます。新型インフルエンザの感染経路は季節性のインフルエンザと同様で、咳やくしゃみとともに放出されたウイルスを吸い込むことによっておこる飛沫感染と、ウイルスが付着したものを触れたりに目、鼻、口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する接触感染が考えられています。

マスクの着用



マスクは、咳やくしゃみによる飛沫およびそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつめましょう。一方で、予防用にマスクを着用するのは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えますが、屋外などでは、相当混

化があることになると報告されています。

感染予防を心がけ、かかりつけの医師がいる方は、発症時の対応についても相談しておきましょう。また、周囲の方々も、感染させないように配慮することが大切です。

その2 感染の予防

手洗い・うがい



ウイルス感染予防のためには、手洗い・うがいをしつかりすることが大切です。手洗いは、外出後だけではなく、可能な限り頻回に行いましょう。石けんを使って最低15秒以上行い、洗った後は清潔なタオル等で水を十分に拭き取りましょう。また、ウイルスが粘膜を通して感染するため、極力鼻や口などを触らないようにしましょう。咳やくしゃみの際の「咳エチケット」も感染防止の上で大切なことです。咳やくしゃみ等の症状のある人には必ずマスクをつけてもらいましょう。

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫およびそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつめましょう。一方で、予防用にマスクを着用するのは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えますが、屋外などでは、相当混

み合っていられない限り着用する効果はあまり認められていません。咳や発熱などの症状のある人に近づかない、人混みの多い場所に行かない、手指を清潔に保つといった感染予防策を優先して行いましょう。

集会やイベントの開催
集会やスポーツ大会についての、一律の自粛要請は行われていません。感染の広がりを考慮して開催を決定するとともに、病み上がりや体調不良気味、発熱症状のある方には参加や観戦を遠慮してもらうよう徹底して呼びかけましょう。また、人と人が近い距離で接触しないようにするなど、運営方法を検討してください。

痛等の急性呼吸器症状を伴う場合にインフルエンザに感染している可能性があります。また、インフルエンザに感染している方との接触歴があるなども、感染を疑う上で参考になります。ただし、症状で新型インフルエンザと季節性インフルエンザを見分けることはできないと言わ

れています。

痛み等の急性呼吸器症状を伴う場合にインフルエンザに感染している可能性があります。また、インフルエンザに感染している方との接触歴があるなども、感染を疑う上で参考になります。ただし、症状で新型インフルエンザと季節性インフルエンザを見分けることはできないと言わ

れます。

じを伝えましょう。

①発熱患者の診療をしている医療機関がどこにあるかわからない方
保健所・保健センターなどに設置されている「新型インフルエンザ相談窓口」(16ページ参照)に電話をしてどこの医療機関に行けばよいかを相談してください。

②発熱患者の診療をしている近隣の医療機関がわかっている方
発熱患者の診療をしている医療機関に電話をして、受診時間などを聞きましょう。

③慢性疾患などがあつてかかりつけの医師がいる方
かかりつけの医師に電話をして、受診時間などを聞きましょう。

④妊娠している方
かかりつけの産科医師に電話をして、受診する医療機関の紹介を受けましょう。産科医師が紹介先生にあなたの診療情報を提供することがあります。

⑤呼吸が苦しい、意識がもうろうとしているなど症状が重い方
なるべく早く入院施設のある医療機関を受診しましょう。必要な救急車(119)を呼び、必ずインフルエンザの症状があるこ

*医療機関を受診する前に、必ず電話で連絡をし、受診時間や入り口等を確認してください。受診するときは、マスクを着用し

「咳エチケット」を心がけるとともに、極力公共交通機関の利用を避けてください。

②治療法・自宅療養等について

治療法

医療機関等において医師が必要と認める場合に抗インフルエンザワイルス薬(タミフル・リレンザ)を処方されますので、服薬ください。

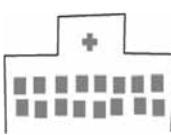
また、症状を緩和させる目的で、解熱薬や去痰薬、鎮咳薬などが処方されます。妊婦や乳幼児に対する処方については、副作用のリスクを見極めながら、医師が投与の判断をすることがあります。

自宅療養



熱がさがつても、インフルエンザの感染力は残っています。完全に感染力がなくなる時期については、個人差もありますが、他の人にウイルスをうつさないために、少なくとも

38℃以上の発熱があり、咳や咽頭うべきでしょうか。
①呼吸困難または息切れがある
②胸の痛みが続いている
③嘔吐や下痢が続いている



感 染 を

①医療機関の

受診方法等について

◎ 小児

- ①呼吸が速い、息苦しきりといふ
- ②顔色が悪い(土気色、青白いなど)
- ③嘔吐や下痢が続いている
- ④落ち着きがない、遊ばない
- ⑤反応が鈍い、呼びかけに答えない、意味不明の言動がみられる
- ⑥症状が長引いて悪化してきた

◎ 大人

- ①呼吸困難または息切れがある
- ②胸の痛みが続いている
- ③嘔吐や下痢が続いている

妊娠している方

かかりつけの産科医師に電話をして、受診する医療機関の紹介を受けましょう。産科医師が紹介先生にあなたの診療情報を提供することがあります。

⑤呼吸が苦しい、意識がもうろうとしているなど症状が重い方
なるべく早く入院施設のある医療機関を受診しましょう。必要な救急車(119)を呼び、必ずインフルエンザの症状があるこ

いようにご協力を願います

自宅療養

熱がさがつても、インフルエンザの感染力は残っています。完全に感染力がなくなる時期については、個人差もありますが、他の人にウイルスをうつさないために、少なくとも熱がさがつてから2日間は外出しないようにご協力を願います

家族の対応

感染者が自宅療養となつた場合、家族の方は次のとおり対応をしてください。

- ①患者はなるべく家族とは別の個室で静養することとし、マスクの着用や「咳エチケット」を心がける
- ②手洗い、うがいを徹底し、マスクを着用する
- ③患者の看護や介護をした後は必ず石けんによる手洗い、またはアルコール製剤による消毒をする



その4

インフルエンザ脳症

インフルエンザ脳症は、インフルエンザ発病後急に病状が悪くなる病気です。その初期にはインフルエンザの症状に加えて、(1)呼びかけに答えられないなどの意識障害、(2)意味不明の言動、(3)持続性のけいれんなどの症状が現れます。このような症状が見られた際には、速やかに医療機関を受診してください。

また、強い解熱剤によりインフル

エンザ脳症がより重症化することがあるため、解熱剤はかかりつけの医師に相談してから使用しましょう。

その5

新型インフルエンザワクチンの接種

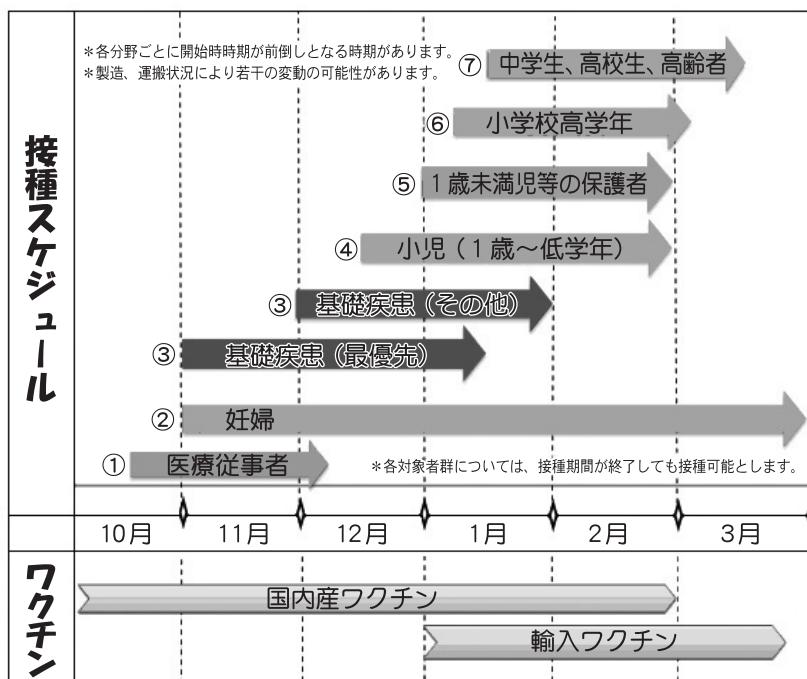
10月1日に、政府が新型インフルエンザワクチン接種の基本方針を決定しました。基本方針では、「死亡者や重症者の発生をできる限り減らすこと」と「必要な医療を確保すること」を目的としています。

優先的に接種を受けることができるとおりです。

- ①インフルエンザ患者の診療に直接従事する医療従事者(2)妊婦(3)基礎疾患(慢性呼吸器疾患・慢性心疾患・慢性腎疾患・慢性肝疾患・神経疾患・血液疾患・糖尿病・小児科領域の慢性疾患等)を有する方(4)小児(1歳から小学3年生)に相当する年齢の方
- ⑤1歳未満の小児の保護者(6)小学生4年生から6年生に相当する年齢の方(7)中学生・高校生の年齢に相当する方、65歳以上の中高齢者の方

※(2)から(5)に該当する方のうち、身体上の理由により予防接種が受けられない場合は、その方の保護者等が接種を受けることができます。

滋賀県新型インフルエンザ接種スケジュール (10月15日現在)



※お願い…今後、状況の変化により対応が変更になる可能性がありますので、ご注意ください。



◆接種費用
1回目 3,600円、
2回目 2,550円
(1回目と異なる医療機関での接種は3,600円)

相談時間
平日(月～金)
077-528-4983
東近江保健所
日野町保健センター
滋賀県厅健康推進課
☎ 077-526-5744 有線(5)7777
☎ 077-521-2533