



広島市食検だより

2017年2月 第36号



インフルエンザの基礎知識

インフルエンザの予防接種はうけましたか？「ただの風邪とは違うの？なんで予防接種は毎年やらないといけないの？」など疑問に思ったことはありませんか？インフルエンザの正しい知識を身につけて、しっかり予防しましょう！

インフルエンザの特徴

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染してせき、鼻水、のどの痛み、さらに高い熱や関節の痛みなどがでる病気です。乳児では脳炎、高齢者では肺炎などの重い症状を起こすことがあるため、特に注意が必要です。

ただの風邪も、のどや鼻に炎症を起こしますが、脳炎や肺炎を起こして死んでしまうほどの強い全身症状を起こすことはほとんどありません。これがただの風邪とインフルエンザの違いです。



予 防 方 法

★ワクチン接種（予防接種）

ワクチン接種とは、弱くなったウイルスを体の中に入れて体にウイルスのやっつけ方を学習させることです。こうして本番にそなえることができます。ただし、インフルエンザウイルスにはいろいろな型があり、流行している型のワクチンでないといけないうことや、ワクチンの効果が1年程度と考えられているため、毎年接種しないと効果がありません。



★マスク・手洗い・うがい

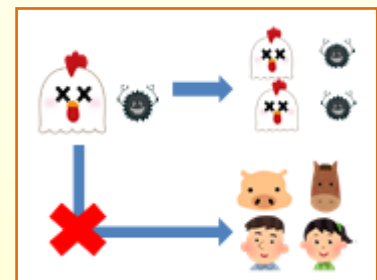


ウイルスは、感染している人がせきやくしゃみをするすることで、体の外へ出てきます。せきやくしゃみをしている人は他の人にうつさないようにマスクをしましょう。

また、手洗い・うがいをするすることで、手やのどについたウイルスを洗い流し、感染を予防することができます。こまめに手を洗いましょう。

動物のインフルエンザ

インフルエンザは、トリ・ブタ・ウマなどいろいろな動物に感染しますが、ヒトからはヒト、トリからはトリになど、同じ動物種にしか感染しません。これは動物によって感染するウイルスの形が違うからです。また、インフルエンザにかかったトリの肉や卵を食べても、ヒトが感染することはありません。



ウイルスは少しずつ形を変えながら生きています（変異）。そのため、ごくまれにトリやブタに感染する形だったものがヒトにも感染する形に変わってしまい、ヒトの間で大流行することがあります。これが“**新型インフルエンザ**”と呼ばれるものです。

感染のしやすさや症状の重さはさまざまですが、予防や治療方法はこれまでのインフルエンザと変わりません。落ち着いて行動しましょう。