



加地薬局かわら版

2016年12月



🎁 インフルエンザについて

インフルエンザは季節性を示し、日本では例年 11~12 月頃に流行が始まり、1~3 月にピークを迎えます。

🎁 インフルエンザの予防は？

インフルエンザワクチンの接種が有効です。

手洗いは手や指などに付着したインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、うがいは口の中を洗浄します。

インフルエンザが流行してきたらなるべく人込みへの外出を控え、マスクを着用しましょう。

🎁 インフルエンザはどうやって感染するの？

インフルエンザは主に、インフルエンザに感染した患者さんの咳やくしゃみなどのしぶきに含まれるインフルエンザウイルスを吸い込むことによって感染します。これを飛沫感染といいます。

インフルエンザウイルスは、呼吸とともに鼻やのどから体内に入り込み、気道の粘膜に吸着して細胞内に侵入します。感染したウイルスは、のどや気管支、さらには肺で急激に増殖します。

ウイルスの増殖スピードは非常に速く、症状が急激に進行するため、治療は早めに開始することが大切です。

🎁 インフルエンザの症状は？

インフルエンザウイルスに感染した場合、約 1~3 日の潜伏期間の後、インフルエンザを発症します。続く約 1~3 日では、突然の 38℃以上の高熱や全身倦怠感、食欲不振などの全身症状が強く現れます。やや遅れて、咳やのどの痛み、鼻水などの呼吸器症状が現れ、吐き気などの消化器症状を訴えることもあります。通常は、10 日前後で症状が落ち着き、治癒します。

🎁 インフルエンザの治療は？

インフルエンザの治療の基本は、安静にして「睡眠」を十分にとること、そして高熱による脱水症状を防ぐために「水分補給」をしっかり行うことが大切です。経口補水液がお勧めですが、スポーツ飲料や麦茶、白湯などで水分を摂りましょう。食事は無理に摂る必要はありませんが、食欲があれば、お粥や雑炊など、なるべく胃に負担のかからない消化の良いものを食べましょう。

ウイルスの増殖を抑える「抗インフルエンザウイルス薬」も有効です。お薬により、発熱期間が 1~2 日短縮され、症状も徐々に改善していきます。

🎁 抗インフルエンザウイルス薬を処方されたら？

抗インフルエンザウイルス薬はウイルスを殺すわけではなく、増殖を抑える作用をもちます。増殖を抑えるため、ウイルスが増殖してしまった後では薬の効果がありません。そのため発症早期、具体的には 48 時間以内に服用する必要があります。

🎁 療養期間

熱が下がったあとは最低 2 日間（幼児は 3 日間）、インフルエンザ発症後からは 5 日間、自宅で療養しましょう。熱が下がっても、しばらくはウイルスが残っているため、他の人に感染させる可能性があります。（主治医の先生の指示に従ってください。）

加地薬局からのお知らせ等がパソコンからご覧になれます。 <http://www.kaji-ph.com/>

QRコード対応携帯の方は右のQRコードを読み取るだけで URL が表示されます。

携帯版 URL <http://www.kaji-ph.com/k/>

