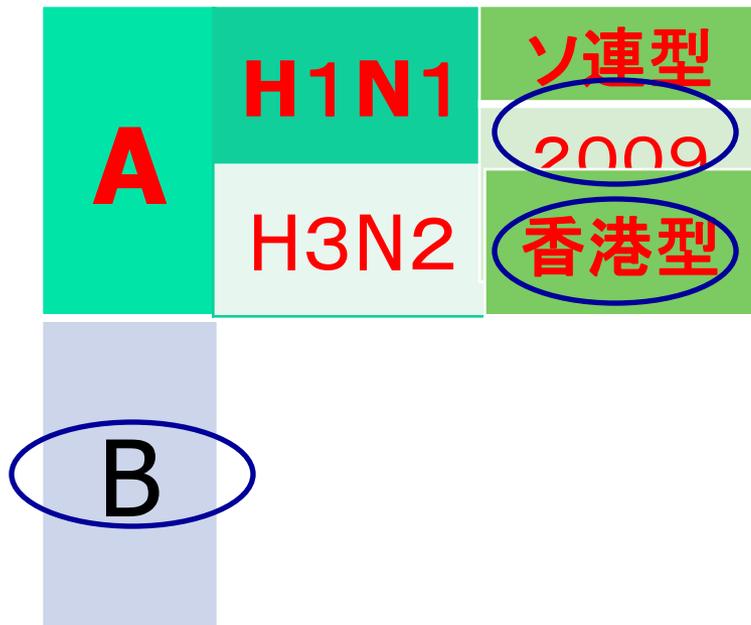


# インフルエンザウイルスとは

新型インフルエンザ(A/H1N1)は、  
2011年4月1日から通常の季節性インフルエンザに変わりました。  
新たな「新型」に備えて、一人ひとりのインフルエンザ対策は変わらず徹底を。

- インフルエンザウイルスにはA,B,Cの3型があり、流行的な広がりを見せるのは主にA型とB型
- その中でも、特にA型はそのウイルスの特徴[構成糖タンパク]によってタイプ分類される(B型は多様性が低いので分類されない)

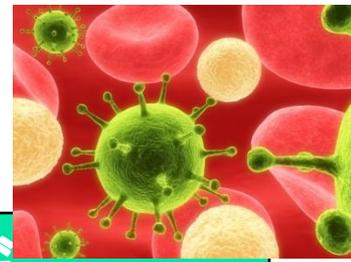


## インフルエンザウイルス

▲飛沫感染し、鼻、喉から体内に侵入。吸い込まれたウイルスは、約20分程度の時間で、細胞内に取り込まれる。体内では、8時間後に100個に増殖。1日で100万個に増殖。1～3日の潜伏期間を経て発症。

注: 個体差あり

# 風邪とインフルエンザウイルスの違い



	インフルエンザ	かぜ
初発症状	発熱、悪寒、頭痛	鼻咽頭の乾燥感およびくしゃみ
主な症状	発熱、筋痛、関節痛	鼻汁、鼻閉
悪寒	高度	軽度、きわめて短期
熱および熱(期間)	38~40℃ (3~4日間)	ないか、もしくは微熱
合併症	気管支炎、 インフルエンザ肺炎、細菌性脳炎、 脳症	まれ

# インフルエンザの重症化

## ● インフルエンザで症状が重くなりやすい人

- \* **高齢者**、小児、妊婦
- \* **持病** (慢性閉塞性肺疾患 [COPD]、喘息、慢性疾患、糖尿病) を持っている方

- 呼吸困難、または息切れがある
- 胸の痛みが続いている
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引き、悪化してきた

インフルエンザかな？

- 突発性の38℃以上の発熱
- せきやのどの痛み
- 全身の倦怠感



# インフルエンザの予防



予防接種のはなし

- ・発症する可能性を減らす
- ・もし発症しても重症化するのを防ぐ
- ・ワクチンの効果持続期間は一般的に5ヶ月くらい

50~60%

## ● 流行前に

□ インフルエンザワクチンを接種

## ● インフルエンザが流行したら

□ 人込みや繁華街への外出を避ける

□ 外出時にはマスクを利用

□ 室内では加湿器などを使用して、適度な湿度にたもつ

□ 換気の実施

□ 十分な休養、バランスの良い食事

□ うがい、手洗い、アルコールを含んだ消毒液での消毒

□ 咳エチケット

- ・マスクの着用
- ・咳、くしゃみは人のいない方へ
- ・ティッシュ等で口と鼻を覆う