



2016.11.01

えんしゅうびょういん 情報紙

## 発刊にあたり ～水上病院長～

このたび、遠州病院情報紙を発刊する運びとなりました。  
当院の理念として「心と心のふれあう医療」を掲げており、名前を公募した結果『ふれあい』と名付けました。  
みなさまの視点から興味のある医療情報を提供することにより、より身近な病院と感じていただき、心と心がふれあうことができればと考えております。

## インフルエンザ Q&A 【担当：臨床検査科】

### <質問①>

インフルエンザにかかったら(家で)どのようにしたらよいですか？



### <回答①>

まず早めに医療機関を受診して適切な治療を受けてください。

家では安静にして、睡眠を十分にとり、休養することをお勧めします。また高熱のため、脱水状態をきたしやすいので、スポーツドリンクなどで十分な水分を補給することも大切です。

インフルエンザは咳、くしゃみ、唾などの飛沫により他の人にうつします(飛沫感染)ので、以下のことにご注意ください。

- ✓こまめにうがい・手洗いを心がける
- ✓時々、部屋の空気を入れ換える
- ✓部屋の湿度を適度(50%～60%)に保つ
- ✓鼻汁、痰などを含んだティッシュは直ぐにゴミ箱に捨てる
- ✓かかってしまったら、マスクを着用し他人にうつさないようにする



※裏面もあります

## <質問②>

インフルエンザにかかっても、同じ冬にもう1回かかることがありますか？  
ワクチンをうてば、インフルエンザにかからない？



## <回答②>

インフルエンザワクチンは毎年流行予測に基づいて決定されます。実際の流行と違った場合はワクチンをうっても、かからないとは言えません。ただし、うつことで重症化は抑えられます。一度インフルエンザにかかると免疫ができ同じ型にかかることはありませんが、異なった種類の型には免疫がありません。B型の流行時期は、A型に比べて遅れる傾向があるので、インフルエンザ流行時期の前半はA型、後半にはB型にかかり、同じ冬に2回かかることもあります。また、同じA型でも、違うタイプのA型にかかることもあります。

## <質問③>

インフルエンザ検査はいつ(どのタイミング)行うのがよいですか？



## <回答③>

インフルエンザウイルスの増殖は発症から2～3日で最高に達し、その後は急速に減少し、5～7日で消失すると言われています。現在、インフルエンザの治療に使われているお薬は、インフルエンザウイルスの増殖を抑える薬(抗インフルエンザ薬)です。ウイルスの量が最大になる前、つまり症状がでてから48時間以内に薬を使って増殖を抑えれば、病気の期間を短くし、症状の悪化を防ぐことが出来る可能性があります。

このことから、発熱してから約8時間以降48時間以内にインフルエンザ検査を行うのが最も良いタイミングと考えられます。

### かぜとインフルエンザの違い！？

	かぜ	インフルエンザ
発症時期	1年を通じ散発的	冬季に流行
主な症状	上気道炎症状 (鼻汁、咽頭痛、咳)等	上気道炎症状 <b>全身症状(頭痛、関節痛、 筋肉痛、倦怠感)等</b>
発熱	通常は微熱(37～38℃)	<b>高熱(38℃以上)</b>
病状の進行	ゆっくり	<b>とてもはやい</b>

\*取り上げて欲しい病気や検査、質問等がありましたら、投書箱やよろず相談窓口にお願いします。随時取り上げていきたいと思っています。 【監修:ふれあい編集事務局】