

# 新型インフルエンザにご注意を！

世界的大流行(パンデミック)が心配されています

## インフルエンザウイルスとは

ウイルスは自己分裂して増殖する細菌とは違って自己増殖できず、人などの動物の細胞を利用して増殖します。

インフルエンザウイルスには、A、B、C型の3種類があります。このうち、これまで世界的に大流行し、多くの人命を奪ってきたのがA型ウイルスです。

A型ウイルスの表面には2種類の突起があり、それぞれHとNで表現されます。A型ウイルスの場合、Hには16種類、Nには9種類あります。

ウイルスは表面にある突起を少しずつ変化させることで、毎年違った型のウイルスによる流行を引き起こしています。したがって、毎年インフルエンザの予防接種をしないと効果がありません。

また、ウイルスの大きさは約1万分の1ミリ程度です。で、一般的なマスクでは簡単に通過してしまいます。

感染者の咳、くしゃみ、つばなどで飛び散ったウイルスを吸い込むと、鼻やのどの粘膜から侵入し増殖して、血液を介して全身に広がります。

## インフルエンザと風邪症状の違いは？

**インフルエンザの症状**  
最初の症状：急激な寒気、頭痛  
主な症状：38度以上の高熱、強い寒気、頭痛、強いだるさ、全身の痛み

**風邪の症状**  
最初の症状：のどの痛み、くしゃみ、鼻水  
主な症状：熱、寒気、頭痛

これらの症状は2、3日続きますが、場合によっては5日を越えることもあります。

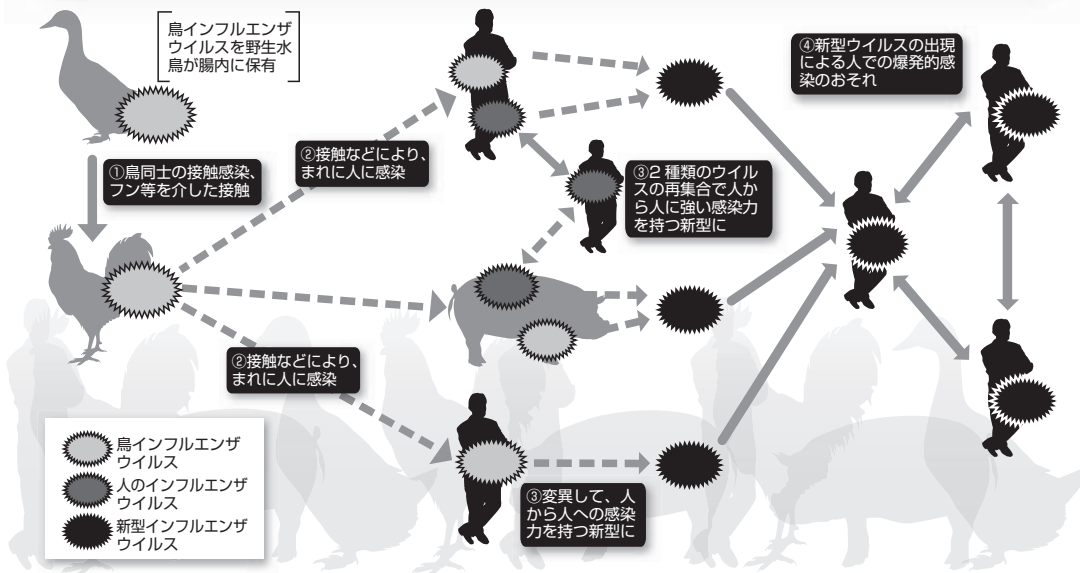
さらに、年配の方や幼いお子さんは肺炎や脳炎などを合併することもあり、最悪の場合には死に至ることもあります。

## 新型インフルエンザとは？

これまでに人が感染したことのない新しいタイプのインフルエンザのことをいいます。現在アジアを中心に鳥の間で流行しているのは(高病原性)鳥インフルエンザで、新型インフルエンザとは異なります。鳥インフルエンザは、まれに人に感染することはあるものの、通常ヒトからヒトへは感染をしません。しかし、鳥インフルエンザが変化してヒトからヒトに感染する力を持った場合、これを「新型インフルエンザ」と呼びます。

現在、高病原性鳥インフルエンザ(H5N1)から新型インフルエンザが発生する可能性が高いといわれています。新型インフルエンザに対しては、すべての人が抵抗力(免疫)を持っていないので、世界中で同時に大流行(パンデミック)を起こし、人命や社会経済活動に多くの被害をもたらすことが懸念されています。

## 鳥インフルエンザと新型インフルエンザの関係



問い合わせ先  
保健福祉課健康推進係

(32)25554

## 家庭での

### 感染予防対策

#### インフルエンザの感染経路

新型インフルエンザを発病、または潜伏期間内にあっても発症直前にある人では、気道や鼻道からウイルスを含んだ粘液やはがれた粘膜が、くしゃみや咳により1メートル前後周辺(あるいはそれ以上に飛散します。

側にいる人はウイルスが直接顔や衣服に付着するとともに、呼吸によりウイルスが气道内に吸い込まれます。

#### 予防対策

①熱、咳、くしゃみ等の症状がある人はマスクを着用しましょう。

##### 【咳エチケット】

○熱、咳、くしゃみの際はティッシュなどで口鼻を押さえ、他の人から顔をそむけ1m以上離れます。

○鼻汁、痰などを含んだティッシュはすぐに蓋付きのゴミ箱に捨てられる環境を整えます。

○咳をしている人にマスクの着用を促しましょう。(マスクは説明書を読んで正しく着用しましょう)

②石鹸による手洗い、うがいをしてきましょう。

③普段から体力や抵抗力を高めましょう。十分な休養、バランスの良い食事、規則正しい生活に気をつけましょう。

④通常のインフルエンザの予防接種を行い、新型インフルエンザとの重複感染を避けましょう。

⑤冬場は乾燥しやすく、のどの粘膜が痛みやすいので、室内を適度な湿度(50〜60%)に保ちましょう。

⑥流行時は不要不急の外出を避けず、やむを得ず外出するときはマスクを着用し

ましましょう。

⑦人混みを避けましょう。

⑧衣類に付着したウイルスは半日程度生きています。可能性があります。外出から帰ったら他の衣類とは一緒にせず、次亜塩素酸を含んだ漂白剤で一旦消毒してから洗い流して洗濯をしましょう。

#### マスク

インフルエンザ予防のためのマスクは一般薬局などで販売されている風邪用、花粉症用などのマスク(性能・BFE 95%以上)を使用しましょう。

#### 20世紀中に人類が経験した 新型インフルエンザ大流行(パンデミック)

- 1918年(大正7年)スペインインフルエンザ(スペイン風邪)
- 1957年(昭和33年)アジアインフルエンザ(アジア風邪)
- 1968年(昭和43年)香港インフルエンザ
- 1977年(昭和52年)ソ連インフルエンザ

スペインインフルエンザでは、世界で約4,000万人、日本で約39万人の死亡者が記録されています。