

# 11月のHUGだより

情報提供者：やましろ小児科 山城 武夫

## 今月のテーマ インフルエンザ

今年もインフルエンザの季節が近づいてきました。それにもまして、一向に衰えない新型コロナウイルス感染症（COVID-19 感染症）との関係性が心配されます。また、インフルエンザは予防接種、治療薬がありますがCOVID-19は現在のところ治療薬、予防接種も更に診断の簡易診断キット、PCRも一般的ではありません。しかし、**予防には3密を避けること、加湿・マスクによる飛沫の予防、室内の換気、手洗い、うがい**が大切なのは共通しています。



インフルエンザはインフルエンザウイルス（A,B,C型）による気道感染で、毎年北半球では1～2月に、南半球では7～8月頃に流行のピークがあります。しかし、今年の南半球ではCOVID-19の流行はありますが、インフルエンザの流行は何故か少ないようです。やはり3密の回避、マスク・手洗いの影響は少なからず存在すると考えます。

症状はインフルエンザウイルスの感染を受けてから1～3日間ほどの潜伏期間の後に、発熱（38度以上の高熱）、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然現れ、せき、鼻水などの上気道症状がこれに続きます。そして、1週間ほどで軽快します。小児では気管支炎、中耳炎、熱性けいれん、喘息の誘発などがあり、インフルエンザ脳炎、脳症など命に係わる重大な合併症もあります。特に発熱後1～2日は異常行動、幻覚などに注意しましょう。

COVID-19は潜伏期間が5～7日が最も多く、中には14日までとも言われています。症状はかぜ症状ですが、小児の場合は症例が少なく、明瞭ではありません。しかし、急激な呼吸困難の出現には注意が必要です。

インフルエンザの治療には抗インフルエンザウイルス薬として、NA阻害剤（タミフル、イナビルなど）、RNAポリメラーゼ阻害剤（アビガン）、エンドヌクレアーゼ阻害剤（ゾフルーザ）などがあります。しかし、多くのインフルエンザの場合は安静、補液、十分な栄養補給などで1週間ほどたてば軽快します。解熱剤の使用にはかかりつけ医の指導を受けてください。

一般的な予防は3密の回避、手洗い、マスク、うがいです。部屋の換気、空気清浄機の使用、加湿（湿度50～60%）もよい方法です。

予防接種は2015年からA型ウイルス2種類（H1N1、H3N2）、B型2種類の計4つのインフルエンザウイルスに対応します。小児では1～4週の間隔で2回接種します。インフルエンザワクチンで完全にはインフルエンザを抑え込むことはできませんが、65歳以上の高齢者の発病を半数近くに減らし、死亡率を80%程度阻止し、6歳未満の小児の発病防止には50～60%程度有効であるという研究報告があります。

