

# わたしたちの健康

## インフルエンザ感染症

インフルエンザはインフルエンザウイルスによっておこる感染症です。広い意味では風邪の一種ですが、感染力が強く症状が重くなり易いため、風邪とは分けて扱われます。

現在原因となるウイルスはA型2種類とB型があります。ウイルスの型や性質は毎年少しずつ変わります。そのため同じA型でも毎年異なり、同じ人が何度も感染します。また、ワクチン接種も毎年必要となります。

### 【症状】

感染は感染した人の咳、くしゃみから出た鼻水、痰、唾液が他の人の鼻や口に入ることでおこります。感染してから1～4日の潜伏期の後発症します。主な症状は高熱、悪寒、関節痛、だるさ等です。多くはありませんが、子供では肺炎や脳症、年配の方や持病で免疫力が落ちている方では肺炎をおこすことがあります。また、10代までの子供では最初の2日間は「突然走り出し家の外に出てしまう」、「窓から飛び降りる」等の異常行動が見られることがあるため、夜も1人にはせず見守ってください。

昨年から今年にかけては、熱が38度以下のいわゆる「隠れインフルエンザ」が見受けられました。流行時には、微熱でも体の節々が痛み寒気がするような場合は、かかりつけ医に相談しましょう。

### 【検査】

検査としては、鼻水や鼻の中に細い綿棒を入れて粘液をこすり取って調べる方法があります。迅速検査といわれ、10分位で結果が出て、A・B型の区別もつきます。しかし、発症後まもない時期ですと、インフルエンザに感染していても、ウイルス量が少なく陰性と判定してしまうことがあります。

朝霞地区医師会 そうみつ やすなり 荘光 泰成

☎048(464)4666

そのため、確実な検査とは言えません。流行時には検査は行わず、症状からインフルエンザと診断することもあります。

### 【治療】

治療の基本は水分をしっかりとって、よく休むことです。お薬は熱、咳等の症状を一時的にやわらげる薬と抗ウイルス薬があります。抗ウイルス薬はウイルスの増殖を抑え病気の期間を短くし、症状の軽減が期待できます。症状が出てから48時間以内の使用開始が効果的です。症状が出てから5日間と平熱に戻ってから2日間(未就学児は3日間)はうつる可能性がありますので注意しましょう。

### 【予防】

予防の基本は流行時には人ごみを避け、手洗い、うがい、マスクをする等です。流行前にインフルエンザワクチンを接種する方法があります。完全な予防はできませんが、感染しにくくなり、感染したとしても重症になりにくくなります。生後6ヶ月以上13才未満の子供には、およそ2～4週の間隔をあけて2回接種します。13才以上の方は通常1回接種ですが、肺や心臓等の持病がある方は2回接種する場合もあり、かかりつけ医とご相談下さい。その際はおよそ1～4週の間隔をあけます。なお、65才以上の方の接種には公費助成があります。

インフルエンザや風邪の流行を防ぐために、咳やくしゃみをしている時はマスクをしましょう「咳エチケット」。また、鼻水や痰を含んだティッシュはすぐに蓋付きのごみ箱に捨てましょう。

## 11月の休日当番医

診療時間：10時～16時

当番医は変更になる場合がありますので、必ず確認してからお出かけください。この時間以外の診療は、志木消防署☎048(472)0119へお問い合わせください。

| 場所    | 施設名                | 科目         | 電話           | 場所            | 施設名        | 科目           | 電話 |
|-------|--------------------|------------|--------------|---------------|------------|--------------|----|
| 3(土)  | 新座 海江田医院           | 内・小・神内     | 042(491)6262 | 朝霞 大城胃腸科外科医院  | 消内・外・皮     | 048(463)1575 |    |
| 4(日)  | 朝霞 朝霞駅東口たんば内科クリニック | 内・消内       | 048(450)2211 | 和光 村山皮膚科クリニック | 皮・アレ       | 048(464)5333 |    |
| 11(日) | 和光 門田医院            | 内・循内・皮・小   | 048(461)6412 | 新座 ひまわり診療所    | 泌・内・外・皮    | 048(485)9788 |    |
| 18(日) | 志木 いわさき内科・循環器科     | 内・循内       | 048(486)4622 | 志木 志木江原耳鼻咽喉科  | 耳          | 048(473)7929 |    |
| 23(金) | 朝霞 渡邊クリニック朝霞       | 精・内        | 048(467)3584 | 朝霞 朝霞整形外科・外科  | 整外         | 048(461)5128 |    |
| 25(日) | 新座 静風荘病院           | 内・呼内・消内・循内 | 048(477)7300 | 朝霞 はねだクリニック   | 内・外・消内・肛・放 | 048(469)2139 |    |

### ◆埼玉県救急電話相談と医療機関案内◆(24時間365日)

#7119(小児・大人共通)

つながらない場合 ☎048(824)4199

※「小児救急電話相談」及び「大人の救急電話相談」も引き続きご利用になれます(24時間年中無休)。

小児救急電話相談 #8000

☎048(833)7911

大人の救急電話相談 #7000

### ◆休日歯科応急診療所◆(新座市保健センター内)

11月3日(土)・23日(金)

9時～11時30分 問合せ/☎048(481)2211

### ◆埼玉県医療機能情報提供システム◆

ネットで医療機関の情報が検索できます。  
<http://www.iryu-kensaku.jp/saitama/>

