



# くすりと健康

● 神戸市薬剤師会 ●

## インフルエンザ・ パндеミック

冬になると毎年話題になるインフルエンザですが、この冬は爆発的に流行するといわれています。

インフルエンザが風邪と違うのは、インフルエンザ・ウイルスによる空気感染によって発病する点であり、38〜40度の高熱と頭痛、筋肉痛、関節痛、倦怠感を引き起こし、重症化して合併症となったり、高齢者は肺炎になることもあります。

このインフルエンザを予防するためには、ワクチンの予防接種が効果的です。ワクチンを接種してから抗体ができるまで、約2週間かかりますので、冬の流行期までに予防接種を済ませておくことが大切です。

成人で前年に接種を行った人は年1回、高齢者や子どもは体力や免疫力が低く、特に高齢者は肺炎に移行

しやすいので、年2回の接種が望ましいとされています。ただし、卵アレルギーのある方は接種できませんので、医師にご相談ください。

予防接種以外の予防法には、手洗い、うがい、マスクの着用があります。特にマスクの着用には、ウイルスの感染防止という効果のほかに、感染者からの飛沫により、ウイルスが増殖する環境を作らないことや、のど、鼻の乾燥を防ぎ、加湿することなどが出来るという効果もあります。

そのほかにも、人混みを避け、栄養と休養を取り、ウイルスの好む乾燥を防ぐために、部屋を十分に加湿し、のど、鼻にはマスクの着用を心掛けてください。

なお、現在日本で使用されているインフルエンザ治療薬としては、次のようなものがあります。

■ **タミフル**（カプセル、ドライシロップ）  
インフルエンザA型、B型に有効。

■ **シンメトレル**（錠剤）

インフルエンザA型のみ有効。

■ **リレンザ**（吸入薬）

インフルエンザA型、B型に有効。

インフルエンザの治療には、インフルエンザの型に合わせた薬が処方されますが、発病から48時間以内に服用することが原則で、それ以上時間がたつと効果がないとされています。中でも吸入薬のリレンザは、直接肺に吸入できるため、大人には最も効果的といえるでしょう。

また、ウイルス薬は少なくとも5日分処方されますので、症状が治まっても、最後まで服用してください。中途半端に服用をやめると、薬の効きにくいウイルスが残ってしまふ可能性もありますので、指示された注意事項を守って服用することが大切です。また、決められた期間は、外出も避けるようにしてください。