



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

インフルエンザ、 今シーズンの話題

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、感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」です。飛沫感染は、インフルエンザに感染した人の咳やくしゃみから出た微細な飛沫を吸い込んで粘膜などに付着することで起こります。一方、接触感染は感染した人の手などについたウイルスがドアノブや電車のつり革などを介して他の人の手に移り、その手で口や鼻を触ることで感染します。

インフルエンザの予防には、インフルエンザウイルスを体の中に入れないのがよいのですが、実際はかなり難しく、ウイルスに接触する機会を減らすぐらいしかできません。有効な予防法は、インフルエンザワクチンを接種するか、こまめに手洗いをするることによって、接触感染のリスクを減らすことが考えられます。マスクを着用

してもウイルスの侵入を完全に防ぐことはできませんが、無意識に手で口や鼻を触ることを妨げることができるので、ある程度効果があると考えられます。また、感染している人がマスクを着用することは、咳などによる飛沫を減らす効果があり、インフルエンザ対策として有効だと考えられます。ほかに、適度に湿度を保ったり、十分な休養、バランスの取れた栄養、人混みを避けるなどの方法が有効と考えられます。

もしインフルエンザに感染した場合には、外出を控え、飛沫感染対策として「咳エチケット」を心がけてください。咳エチケットは、マスクを着用する。マスクがない場合に咳をするときは、直接手で受けると、手にウイルスが付着し接触感染の元になってしまうので、ティッシュなどで受け止め、すぐにごみ箱に捨てる。ティッシュもない場合は、手をすぐに洗うか、腕の内側で咳を受け止めるようにしてください。

インフルエンザの薬は数種類あり、そのうちのひとつオセルタミビルは使用すると異常行動を起こすことが報告されたため、10代の人は原則服用できませんでしたが、最近の研究で薬を使用してもいなくても、また他の抗インフルエンザ薬と比べても、異常行動を起こす頻度に差がなかったため、使用禁止が解除されました。ただし、薬の使用の有無にかかわらず、発症から最低2日間は異常行動への注意が必要です。また、オセルタミビルにはジエネリック医薬品も昨年発売されました。

もうひとつ新しい話題は、昨年新しい抗インフルエンザ薬が発売されました。今までの薬は、ウイルスが広がるのを防いでインフルエンザを抑えていましたが、昨年発売されたバロキサビルマルボキシルという薬は、ウイルスの増殖自体を抑える作用があり、早く効果が現れるといわれています。

(北区) 薬局エビノファーマシー

松本博志