



新型インフルエンザについて

2008年12月

医務室

1, 新型インフルエンザについて

新型インフルエンザとは「過去数十年間に人が経験していないインフルエンザウイルス（動物・特に鳥類のインフルエンザウイルス）が、人から人に感染して起こる疾患」のことです。

今回は、東南アジアを中心に、鶏からの感染のおそれがある「鳥インフルエンザ」の発生が大変問題になっています。人間界にとって未知のウイルスでほとんどの人は免疫を持っていませんので、これは容易に人から人へ感染し、急速な世界的大流行（パンデミック）を起こす危険性があります。今年に入り、インドネシアなどで、人から人への感染した、新型インフルエンザの発症が確認されています。

人が鳥インフルエンザに発症した場合の死亡率は60%以上であり、大変重篤な感染症です。発生すると、全世界の死者は4000万人とも1億5000万人とも言われています。



2, 新型インフルエンザの予防の方法について

風邪やインフルエンザは、感染者の咳やくしゃみ・つば等の飛沫に含まれるウイルスを鼻や口から吸い込み感染する「飛沫感染」と、電車のつり革やドアノブなどのウイルスが付着した物を触った手で口や目の粘膜に触れて感染する「接触感染」の二種類があります。新型インフルエンザの感染も同様に起こります。

予防策は、新型インフルエンザも風邪やインフルエンザと同じ様になりますので、以下の事に注意しましょう。

- ① 十分な栄養と休養をとり体力をつけて免疫力をたかめましょう。
- ② できるだけ人混みをさけて、外出後は手洗い（石鹸で洗い、洗った後は水分をふき取る）・うがいをしましょう。
- ③ 使い捨てのマスク（1日1回交換）を使用し、感染の予防と、口腔や気道の加湿をしましょう。
- ④ 新型のインフルエンザの予防接種はまだ一般化していませんが、普通のインフルエンザの予防接種でも、風邪に罹りにくくなる効果もあるので、早めに予防接種を受けましょう（抗体ができる為にはワクチン接種後2週間かかります）。
- ⑤ 伝播地域から帰国する際は、外務省から発出される感染症危険情報を確認し、十分に注意してください。
- ⑥ 抵抗力が弱くなると、冬に流行するあらゆる感染症にかかりやすくなります。特に、感染性胃腸炎（ノロウイルスなどの胃腸炎の感染症）は、抵抗力が弱くなると罹りやすいので、特に火を通し、生野菜や生煮えのものは、しっかり火を通しましょう。

3, 症状

新型インフルエンザとインフルエンザの初期症状は同様であり、病院に行かないと診断が付きません。

新型インフルエンザは、急速に症状が悪化し、下痢・嘔吐・腹痛・胸痛・鼻出血・歯肉炎出血が現れる可能性があります。合併症として、インフルエンザ肺炎やウイルス血症による多臓器不全（いろいろな臓器が機能しなくなる）になり、死に至ると予測されます。

以下の症状のある時は、速やかに医療機関を受診して医師の指示に従い、学生課または、医務室に電話にてご連絡ください。大学内で以下の症状のある場合は、医務室にご相談ください。

- ① 38度以上の発熱・関節痛
- ② 下痢や嘔吐
- ③ 全身の強いだるさ、さむけ、疲労感
- ④ ひどい頭痛

・・・等



4, 個人的にできる新型インフルエンザ対策

① マスク・ハンカチ・ビニール袋を持ち歩く

② 食料・水・日用品の確保・備蓄（災害時と同様に2週間分）

食料 : 米・乾麺類・切り餅・シリアル・コーンフレーク・乾パン・各種調味料・レトルト・
フリーズドライ食品・冷凍食品・インスタントラーメン・缶詰・菓子類

水 : ミネラルウォーター・ペットボトルや缶入りの飲料

日用品 : * 常備薬として胃薬、痛み止め、解熱鎮痛剤、その他必要な物、絆創膏、ガーゼ

* 対インフルエンザ対策としてマスク、ゴム手袋、水枕または氷枕、ハイター等の漂白剤、消毒用アルコール

* 通常の災害時の為に物品として、懐中電灯、乾電池、携帯充電キット、ラジオ、携帯テレビ、トイレットペーパー、ティッシュペーパー、キッチン用ラップ、アルミホイル、洗剤、石けん、シャンプーとリンス、保湿ティッシュ、ビニール袋、女性は生理用品)

③ 発熱時の対応の相談（一人暮らしで緊急対策で外出できなくなった場合の連絡手段や大学への連絡）

④ 情報収集（マスコミの情報でも信憑性のない内容も多くあります。パニックにならずまずは、冷静に正確な情報を収集してください）

⑤ 新型インフルエンザの症状がある場合は、受診希望の病院・発熱相談センター（保健所）・発熱外来（病院）に必ず電話で症状を伝え、受診をしてください。新型インフルエンザの場合、二次感染（病院の待合室の人や病院のスタッフ）の恐れもあります。

5, 診断をされた場合

インフルエンザの診断をされた場合は、熱が下がってから2日経過するまでは自宅で休養しなくてはなりません。

診断をされたら速やかに医務室までご連絡ください（大学の代表電話047-372-4111 内線:1711）。

新型インフルエンザになった場合の対策は、まだ正確には指示がありませんので、わかり次第随時情報を発信致しますので、HPや掲示板をご確認ください。

