



# 夏でも要注意！ 新型インフルエンザ流行の兆し

4月末、メキシコ、米国から発生して世界各地に発生拡大した新型インフルエンザの脅威はまだ記憶に新しいところです。7月には町内からも感染確認されました。今後冬シーズンにかけて再び猛威を振るう恐れがあるという警告も出ています。本格的に感染をまん延させないため、今から予防に効果的な手洗い、うがいの徹底、咳（せき）エチケットの実行が大切です。

新型インフルエンザは、家畜用の豚が、鳥インフルエンザ、ヒトインフルエンザウイルスに同時感染し、その体内で豚、鳥、人それぞれのインフルエンザウイルス遺伝子が組み合わさって出現したといわれています。

感染は、咳やくしゃみなどで放出されるしぶき（細かい唾液（だえき）、鼻汁など）に含まれるウイルスを至近距離（1メートル以内程度）で受けることで感染します。人の手や手すりなどを媒介してうつることもあります。

感染力は強いようですが、従来のインフルエンザと同様、のどや鼻に感染することが多く、多くは重症化せず回復しています。

治療薬は、抗インフルエンザ薬が有効ですが、一部耐性を持つタイプも報告されています。

ただし重症化しやすい傾向として、

ぜんそく、心臓病、リウマチ、糖尿病などの基礎疾患を持っている方、また妊婦、幼児、高齢者も注意が必要といわれています。

最新の情報では、肺で増殖しやすいことが分かってきました。ウイルスそのものは弱毒性だからといって油断できません。

**家族や身近な人が新型インフルエンザと診断されたら**

ぜん息、糖尿病など、持病がない場合は、発病予防の内服は必要ありません。出来るだけ外出を控えてください。1週間程度発症しなければ大丈夫です。

持病をお持ちの場合は、症状が出たらかかりつけ医にご相談ください。医師の判断で発症を予防する内服薬

を処方される場合もあります。

▼潜伏期間 1〜7日間

▼症状 高熱、咳、関節痛、頭痛、鼻水、下痢（げり）、嘔吐（おうと）など

▼発熱など感染が疑われる場合 上川保健所発熱相談センター ☎4615989

▼病院 必ず事前に連絡してから受診し、受診時は必ずマスクを装着しましょう（周囲の人にうつさないためのエチケットです）。対応している医療機関や町立診療所で受診しましょう。



## 新型インフルエンザ感染防止対策

|            |   |
|------------|---|
| 予 防        | <ul style="list-style-type: none"> <li>○小まめな手洗い、うがいの徹底</li> <li>○せきエチケットの励行</li> <li>○日ごろから栄養、休養を充分にとって抵抗力を高める</li> <li>○不要な外出や人込みを避ける</li> <li>○新聞など最新情報を常にチェック</li> </ul>   |
| 咳（せき）エチケット | <ul style="list-style-type: none"> <li>▷他人にうつさないよう、マスクを着用しましょう</li> <li>▷1回の咳でウイルス5万個、1回のくしゃみでウイルス10万個が飛び散るといわれています。マスクなしで咳、くしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、相手と1メートル以上離れましょう</li> <li>▷マスクは口、鼻をしっかりと覆いましょう</li> <li>▷鼻汁、痰（たん）を含んだティッシュはすぐにごみ箱に捨てましょう</li> <li>▷必ず手洗いしましょう</li> </ul> |

