

概要

インフルエンザウイルスによって発症する感染症のこと。インフルエンザウイルスは構造の違いで A 型・B 型・C 型の 3 種に大きく分けられ、そのうち主に A 型と B 型のウイルスが冬場に大きな流行を起こす。B 型は A 型の流行が終息する春先に流行することが多い。感染経路としては、感染者の咳やくしゃみで周りに飛び散った飛沫を吸い込む飛沫感染のほか、手や物に付着したウイルスで感染する接触感染がある。潜伏期間(ウイルスに感染してから発症するまでの期間)は 1~4 日程度(平均すると約 2 日)で、特に A 型で強い症状が出やすい。小児や高齢者では重症化することがあり、インフルエンザ脳症などの合併症が起こることもある。

原因

インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染したことで発症する。感染ルートはインフルエンザに感染した人のくしゃみや咳の中に含まれてウイルスを吸い込むことでうつる飛沫感染や、ウイルスのついた人や物に触れることでうつる接触感染など。インフルエンザウイルスは、気道の粘膜に吸着して細胞内に侵入した後、喉や気管支、肺で急激に増殖してさまざまな症状を引き起こす。A 型・B 型のインフルエンザウイルスは寒くて乾燥しているところで感染・繁殖しやすいので、条件がそろっている冬場に流行しやすい。また、免疫の低下もインフルエンザを悪化させる原因の一つ。そのため乳幼児や高齢者、妊婦、喘息などの持病を持つ人、自己免疫疾患の治療中の人など、免疫力が低い人は重症化しやすい傾向にある。

症状

感染後 1~3 日ほどの潜伏期間を経て複数の症状が数時間単位の非常に短い期間で急激に発症。風邪は発症後の経過が緩やかでくしゃみや喉の痛み、鼻水・鼻づまりなどが主たる症状であるのに対し、インフルエンザは発熱(38℃以上になりやすい)をはじめ、**頭痛、喉の痛み、関節・筋肉の痛み、咳、鼻水、全身のだるさなど全身に症状が急激に現れることが特徴**。子どもや高齢者、妊婦、また免疫力が弱っている人が感染すると、肺炎や、インフルエンザ脳症、ARDS(急性呼吸窮迫症候群。肺胞でのガス交換がうまく行えず、急な息切れや呼吸困難などが出現する病態)、急性心膜炎、心筋炎などの病気に発展するなど重症化しやすい。

検査・診断

綿棒で鼻の奥から粘液を採取し、感染の有無を調べる迅速検査キットを検査で使うことが多い。迅速検査キットは粘液を採取後、おおよそ 15 分以内に検査結果が出る。ただ、迅速検査キットはインフルエンザウイルスの量がある程度ないと反応しないので、発熱から 12~24 時間が経過していないと正しい検査結果が出ないことが多い。ただし流行期には、特に検査せずに症状と経過から診断することもある。また、肺炎が起こっていないかを調べるため、必要に応じて胸部エックス線検査を行う。

治療

安静にし、睡眠を十分にとることが治療の基本である。また、高熱による脱水症状を防ぐために水分を十分にとることが重要。インフルエンザウイルスが体内で増殖するのを抑制する抗インフルエンザ薬には、内服薬、吸入薬、点滴の 3 種類があり、年齢や全身状態、重症度、その他の

病気の有無により選択される。また、これらの治療薬は症状が出てから 48 時間以内に使い始めなければ効果が乏しいので、できるだけ早く服用する。ただ、薬の効果は発熱期間を1～2日程度短くする程度なので、体力がある患者や症状が軽い場合あるいは副作用が懸念される場合は、抗インフルエンザ薬を使わないことが多い。そのほか、症状に合わせて解熱剤・鎮痛剤や鼻水を抑える薬などを併用することも。解熱剤・鎮痛剤の中にはインフルエンザの合併症のリスクを高めるものがあるので、自己判断せずに医師に処方された薬を服用すること。解熱後2～3日はインフルエンザウイルスを排出するので、その間はなるべく外出を控える。

予防／治療後の注意

毎年、インフルエンザの予防接種を受けることが望ましい。予防接種をしても発症することはあるが、重症化は防ぐ効果がある。また、インフルエンザが流行している時期は、飛沫感染を防ぐために外出時にはなるべくマスクをつけ、人混みを避けるようにする。手指を介した接触感染の予防のために、帰宅時はせっけんを使って丁寧に手洗いをする。また、インフルエンザウイルスは湿気に弱いので、室内の湿度を 50～60%に保つことを心がける。