

### インフルエンザ対策を 考えよう

昨年はインフルエンザが大流行し、検査薬も特效薬もなく、診療が混乱しました。今年も年末よりポツポツ出ているようですが、まだ大流行のきざしはありません。昨年末には、予防接種がなくなりご迷惑をおかけしました。今年インフルエンザらしい症状になりましたら早めに対処しましょう。



#### 予 防

##### 一般的予防

過労にならないよう注意する。寒さにあたらないようにする。手洗いやうがいを行い、マスクを使用するなどはある程度、効果があるとされています。

##### 予防接種



ふつう十一月〜十二月頃行いますが、心配な方はこれから

も接種した方が良いと思います。

昨年の十二月初めに当院の備蓄は底をつき現在まったく入手できない状態です。

インフルエンザのウイルスは鼻や、気管などの粘膜から侵入しますが、予防接種では、血液の中の抗体しか上がらないので、完全な予防効果は期待できません。

しかし、インフルエンザの重症化は防げるので十分意味があります。

##### インフルエンザの症状

ふつうのカゼとあまり変わりませんが、急激な高熱、身体がだるいこと、頭痛、関節痛などが強いことが特徴です。

#### 検 査

鼻やのどの粘液中のインフルエンザ抗体を調べます。十〜十五分位で簡単に結果が出ます。A型かB型かも判定できます。

#### 治 療

##### インフルエンザ特效薬

a・オセルタミビル(タミフル)

A型、B型両方に効きます。一日二回で五日間服用します。

b・アマンタシン(シンメトレル)

A型インフルエンザにのみ有効

一日二回で三〜四日間服用します。

c・ザナミビル(リレンザ)

吸入する薬剤です。一日二回で五日間使用します。

A型B型両方に効きます。



##### 一般的治療法

発熱、咳、咽頭痛、鼻水、鼻づまりなどに対する治療をします。

インフルエンザ対策とは、時間がある時は予防接種を。かかってしまったら、しっかりと検査をします。

検査でインフルエンザならば、インフルエンザ特效薬を使います。

これらの方法でかなりの効果が期待できます。

また、入試などである期間が特に心配な方は、その期間インフルエンザ特效薬を使うことも考えられます。

### 薬の服み方



#### 回 数

一日一回、二回、三回、四回などは薬の効き目の持続時間によって決まっています。

最近は持続時間の長い薬が多くなり一日一回服用で良い薬がふえています。

#### 服薬時期

食後、食前、食間、就寝時などの区別があります。

以前、薬が苦かったような時には、かなり意味があったのですが、このごろの錠剤、カプセルではあまり問題ありません。

特に一日一回の薬などは、朝食後として出ることが多いのですが、その人の都合で朝食前でも良いと思います。

朝忘れた時気がついたら昼に服んでも良いものも多いいです。

食前になっているものは食後では意味のないものもありますので気になった時は、医師、薬剤師におたずね下さい。

#### 1月・2月の休診日

(日曜・祭日

水曜・土曜・第4木曜午後)

E・メールを送って下さい。  
norikazu@okutu.jp



みなさんの質問や投稿をお待ちしております。  
受け付けからのお願い  
月初めには必ず保険証を受け付けにお出し下さい。  
診察券は毎回お持ち下さい。  
編集に当たり校正には十分注意致しましたが、誤字・脱字等がありましたらご容赦下さい。