

津久見市の小児医療・小児保健の向上を目指して

こどもの病気対策法④

インフルエンザ編

津久見中央病院 小児科部長 宮原 弘明

インフルエンザが流行する季節がやってきました。

インフルエンザは①急激な発症、②38℃以上の発熱や悪寒、③地域内での流行、を特徴とする疾患であり、頭痛、倦怠感、関節痛、筋肉痛などを伴います。咳や鼻水などに先だつて急な高熱で気付かれることが多いです。合併症として肺炎や脳症があり、脳症になった場合は、けいれんや意識の低下などがみられます。

感染経路は咳やくしゃみが主であり、予防にはマスク、うがい、手洗いが有効です。発症前日から解熱2日後までは伝染する可能性があるため、その期間は通勤や通学を控えましょう。インフルエンザワクチンは毎年11月頃から通常2回接種されます。発病阻止率は70〜90%で、かつ、感染しても重症化させないために有用です。脳症に進展しやしい幼児や高齢者には特に予防接種を推奨します。一方、乳児は、予防接種の有効率も、インフルエンザ治療薬の安全性も不明瞭なので、家族が予防接種をしておくことが重要となります。

最近鼻の奥を綿棒ですすつて、インフルエンザかどうか、15〜20分で判る検査が普及しています。ただし、発熱数時間以内は、インフルエンザであっても陽性となりにくいので、翌日まで診断がつけられないこともしばしばあります。

また、インフルエンザ治療薬は、治るまでの期間を約1日短縮できるにすぎず、内服中の10代の異常行動(飛び降りなど)が報告されています。最近、異常行動と治療薬の関連が否定的という報告が出ましたが、依然、慎重であるべきと考えます。そのような特徴のある病気ですから、予防接種をしておくことが重要です。そして、感染した場合は、暖かい場所で安静にし、バランスのとれた食事、十分な睡眠を心がけましょう。のどの加湿が重要ですので、水分を十分に摂り、空気乾燥に気をつけましょう。インフルエンザウイルスは熱に弱いので、お子さんの元気が保たれていれば、わりやり熱を下げる必要はありません。高熱で苦しうにしている場合に解熱剤を使いましょう。食事や水分がとれない、意識がおかしいなど全身状態が悪い場合は病院を受診しましょう。解熱剤はアセトアミノフェン(カロナール、アンヒバなど)を用いましょう。平熱まで下げない効果はないかもしれませんが、強い解熱剤(ボルタレン、ポントール、アスピリンなど)を15歳未満の小児に投与すると、脳症へとこじらす危険が高まります。市販の総合感冒薬にもこのような薬剤が入っており、安易に使用するべきではありません。

インフルエンザ対策 フローチャート

