お元気ですか

新型インフルエンザ（その2）

由岐病院内科　本　田　壮　一

【著者略歴】
本田壮一（ほんだ そういち）
由岐病院院長・阿部診療所所長（兼任）
1958年7月、美波町田井の生まれ。富岡西高、徳島大学医学部卒業。徳島大学病院内科、関連病院勤務後、2005年4月より、現職。

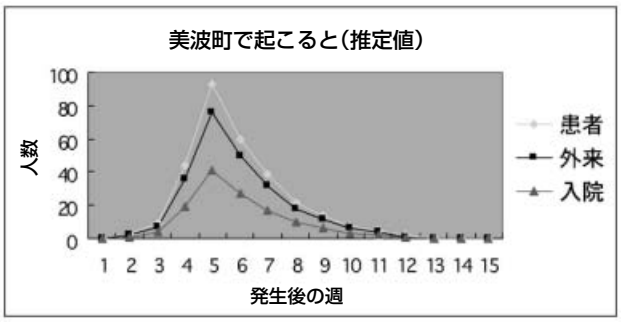
昨年11月号で、「新型（しんがた）インフルエンザ」をとりあげました。備えあれば、憂いなし。今回は、もし発生した場合の注意点について解説します。

このウイルスに対し、人類のほとんどが免疫を持っていないため、容易にヒトからヒトへ感染し、世界的な大流行（パンデミック）がおこり、大きな健康被害と、これに伴う社会的影響が心配されています。

国や県は、新型インフルエンザの発生に備えた計画を決め、準備をしています。発生した場合、感染の広がりを抑え、被害をできる限り小さくするために、一人一人が準備をし、適切に行動していくことが大切です。

過去の例に、「スペインかぜ（1918年）」があります。世界で人口の25%が感染し、4,000万人が死亡したと推計され、日本で2,300万人が感染し、39万人が死亡したと記録されています。もし、同じようなウイルスが発生すると、美波町で、どれくらいの患者さんや、病院への外来・入院患者が発生するかを推定したのが、図1です（南部県民局による）。

図1



注：発生患者、外来患者は1日当たり、入院は1週間当たりの人数。

生活の注意点を述べます。発熱、咳、くしゃみなどの症状のある人は、必ずマスクを着けましょう。また、症状がある人と接する時にはマスクを着けることが重要です。咳やくしゃみをおさえた手、鼻をかんだ手は直ちに洗いましょう（「咳エチケット」といいます。図2）。外出後の手洗いを毎回行い、流行地への渡航（とこう）、人混みや繁華街への外出を控えましょう。

世界的な流行となれば、外国からの輸入が減少し、生活必需品が不足することが考えられます。感染を防ぐために、不必要な外出をしない方がよいので、大地震の備えと同様に最低限（2週間ほど）の食糧・日用品などを蓄えておきましょう。

本人や家族が感染し自宅待機になった場合、こどもの学校が長期に休みになった場合、どうするかを家庭で相談しておきましょう（病院でも、職員が少なくなったとき、予定の検査を延期することになります）。

また、情報には、信憑性・根拠のないものがあり、パニックが起こらないように正確な情報を収集し、冷静に行動しましょう。

新型インフルエンザが発生している時期に、発熱・咳・関節痛など通常のインフルエンザと思われる症状がある場合、連絡なしで病院を受診すると、万が一、新型インフルエンザであった場合、待合室で他の患者さんに感染させるおそれがあります。その場合はまず、保健所（発熱相談センターなど）に連絡し、指定された病院（発熱外来など）を受診しましょう。

パンデミック時には、一時的に、多くの患者さんのための医療が必要になります（図1）。しかし、医師・看護師などの医療従事者や薬剤などが不足することが予想され、パンデミック時でも、生命に関わる救急の患者さんや人工透析などの継続的な治療が必要な患者さんがいます。不要不急の病院への受診や、軽症での救急車の要請は控えて、通常の医療が保たれるよう協力することが重要とされています。

災害と同じで、日頃からインフルエンザ情報に気を配り、栄養・睡眠を十分にとり、冬季も体力を維持したいものです。また、通常のインフルエンザ・ワクチンは、12月中に接種しておきましょう。

注：第1回、南部圏域、新型インフルエンザ対策専門部会（平成20年9月30日、南部総合県民局阿南庁舎）

図2：咳エチケット

○咳・くしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけ、1m以上離れる

○鼻汁・痰などを含んだティッシュを、すぐにふたのついている箱に捨てる

○咳をしている人には、マスクの着用を促す

○マスクの装着は、説明書をよく読んで、正しく着用する

ご意見・ご感想を歓迎します。
〈由岐病院 FAX：0884（78）0533〉