

4. 発熱時のチェックシート かか 罹らない、うつさないために

A インフルエンザをもらった可能性の有無

- ①発病前、10日以内に流行地を含めた海外渡航歴がある場合.....
メキシコ、米国、カナダその他 (国名:)
- ②上記流行地から最近帰国した人と、2m以内で接触した.....
- ③10日以内に新型インフルエンザ患者と、2m以内で接触した.....
- ④38℃または、平熱より2℃以上の発熱 (月 日 時 ℃)
- ⑤鼻汁または鼻づまり、ノドの痛み、咳の3つのうち2つ以上.....
(症状はいつから? から)

B 以下の症状がある場合はチェックをしてください

- I. 他の呼吸器症状 痰 息切れ 呼吸困難
- II. 胃腸症状ほか 腹痛 おう吐 下痢 (回/日) 膀胱炎症状
- III. 全身症状 頭痛 関節痛 筋肉痛 腰痛 全身のだるさ
体に力が入らず寝込んだ 床から起きあがれなかった
全身症状が出る少し前に鼻やノドの症状があった

(チェックした症状はいつからですか?)

C 発熱外来か、一般医療機関のどちらを受診するのか?

- ① AまたはB-I、B-IIIに該当し、熱がある方あった方は必ず発熱相談センターに電話をして発熱外来受診等の指示を受けてください。
- ② B-IIにのみ該当する方は一般医療機関を受診ください。
- ③ 熱があっても鼻、のど、咳などの呼吸器症状や全身症状の無い方、判断がつかない方は、必ず前もって電話でご相談ください。

*尚、熱や風邪の症状のある方は、受診時には必ずマスクを着用してください。

ご相談は発熱相談センター・保健福祉事務所など各地相談窓口をお願いします。

鎌倉エリアの方は(鎌倉保健福祉事務所) TEL : 0467-24-3900(代)

編集後記

新型インフルエンザの毒性をどの程度と考えるかは非常に難しい問題です。歴史の中のパンデミックと現代では医療事情が違いすぎるからです。インフルエンザは新型も含め時間が来れば自然に治る病気です。現代では経過中にウイルス性の1次性肺炎になっても、酸素吸入や人工呼吸器で粘れば、治る可能性が高い病気と考えられます。酸素吸入や抗生剤の無いスペイン風邪の時代、日本の感染者死亡率はおよそ2%でした。NEJMのデータでは現在までの死亡率は0.5%ですが、肺炎になったりICUに収容された人は2%程度なので、往事であれば彼らは助からなかったでしょう。季節性のインフルエンザで若い人がウイルス性の肺炎になることはまずありません。従って、swine fluは過去のパンデミックのウイルス株と同程度の毒性があると考えられます。メキシコにおける毒性の程度は英BBCのサイト上にあるSwine flu: Your experiencesに掲載されていますが、情報統制にあったためか4月29日より更新されていません。手に入る情報から察すると、新型インフルエンザの毒性はスペイン風邪よりやや弱く、アジア風邪より強いと考えられます。感染者の5%未満が危険な肺炎になるが、現代医療を持ってすればその大半を救うことができるレベルです。

山口内科

(診療時間)

〒247-0056

鎌倉市大船3-2-11

大船駅 徒歩20分

(JR駅徒歩5分、大船行政センター前)

電話 0467-47-1312

	月	火	水	木	金	土
AM8:30-12:00	○	○	○	○	○	8:30-
PM3:00-7:00	○	○	×	○	○	2:00まで

<http://www.yamaguchi-naika.com>

目次: ページ

新型インフルエンザ	1
NEJMから見るアメリカでの現状	2
罹らない!うつさない!4つの掟	2
手遅れにならない自宅療養の注意点	3
発熱時のチェックシート	3
編集後記(新型の毒性は?)	4



1. 新型インフルエンザと季節性インフルエンザ

2009年4月末より、豚インフルエンザS-OIV (swine flu, Swine-Origin Influenza Virus) 新型インフルエンザの話題で持ちきりです。このウイルスは表面のタンパク質の種類により、H1N1型と呼ばれ、いわゆるA型インフルエンザに属します。どうやら本年3月末にはメキシコと接する米国南カリフォルニアで検出されており、それ以前からメキシコで流行が始まっていた模様です。ウイルスの遺伝子は今までのものと異なり、北アメリカの豚の間で流行っていたインフルエンザウイルスの遺伝子を含み、一部ユーラシア大陸の豚のウイルス遺伝子も含まれていました。豚のインフルエンザウイルスが混ざりあって交配したウイルスです。これが人に感染しやすく変化し、メキシコから北米へ広がりました。

季節性のインフルエンザとは、スペイン風邪、アジア風邪、香港風邪と呼ばれた過去に世界的な大流行をみた“元”新型インフルエンザウイルスの子孫が毒性を弱めたものです。これらは毎年冬になると、順番に流行を繰り返します。季節性のインフルエンザは夏の間も人々の間で細々と係累を

つなぎ、ウイルスにとって都合のよい冬になると勢いづきます。

流行の冬が終わった後、まだ巷に残っているウイルス株や世界の他の地域で流行ったウイルス株の種類が調べられ、翌年流行しそうなウイルス株を予測します。予測されたウイルスをターゲットとし夏の間こしらえたワクチンを皆さんは予防接種しています。

さて、季節性のインフルエンザは少しずつ形を変え人々の免疫力をくぐり抜けようとしています。しかし大元の部分は変化しません。このため、予防接種を毎年きちんと接種している方や、過去に同じ種類のインフルエンザにかかっていた方に感染しても、体が記憶している免疫力に反撃され、大病の原因にはなりません。ところが、まったく新しいタイプのウイルスが出た場合は、人々は皆ウイルスに対する免疫が無いためひとたまりもありません。そこで、ひとたび新型インフルエンザが発生しパンデミックと呼ばれる流行が世界に広がると大勢の人が亡くなります。新型インフルエンザが問題になっているのはこんな理

由です。新型インフルエンザといっても、スペイン風邪と、香港風邪では死亡率がまったく違います。1918年に発生したスペイン風邪は世界で4000万人が死亡しました。香港風邪では100万人程度です。同じ新型でもウイルスの毒性の違い、過去のウイルスとの類似性による人々の免疫力の残存の違いなどにより危険度がまったく異なるわけ

です。強毒性で、人々に免疫力がまったく無いと考えられる鳥インフルエンザとこのたび流行の兆しがある豚インフルエンザとは訳が違います。そこで違いに応じて対応も変える必要があります。現在、鳥インフルエンザの対応策がそのまま流用されようとしていますが、今後見直しが行われるでしょう。



2. NEJMから見るアメリカでの現状

アメリカの最も権威のある医学雑誌New England Journal of MedicineよりアメリカでH1N1型新型インフルエンザと確定診断された642人の人の状況をまとめた論文が5月7日（日本では5月8日）に発表されました。<http://h1n1.nejm.org/>

急ごしらえなためデータに不揃いが見られますが、分母はデータの母集団数なのでそこを見ながら眺めてみましょう。

年齢分布 10歳～50歳で75%を占め、51歳以上は5%に過ぎません。若い人ほど感染の可能性が高いようです。若い人は学校など集団生活を送る環境にあり、社会的なネットワークも雑多で広いため、彼らの間で広がりやすいと考えられています。また、高齢者は過去に似たようなウイルスに感染し、免疫を持っていたり大昔に接種したワクチンの効果が残っているため抵抗力が強い可能性もあります。学校や社会にでる若者に比べ、高齢者はインフルエンザの検査を受ける機会が少なく、たまたま検出されていない可能性も指摘されています。

潜伏期間は2～7日です。日本でのガイドラインでは10日間の経過観察が必要とされているので3日間長めです。

症状 発熱が何度以上と書かれていませんがアメリカCDCのガイドラインを元に考えると**37.8℃以上**と思われます。発熱が無く軽く済んでしまう人がいるかどうかは今のところをわかっていません。上3つの症状は季節性インフルエンザでも共通です。

年齢分布	該当数/母集団数 (%)	
0-2歳未満	14/532	(3%)
2-4歳	27/532	(5%)
5-9歳	65/532	(12%)
10-18歳	212/532	(40%)
19-50歳	187/532	(35%)
51歳以上	27/532	(5%)
メキシコへ渡航歴	68/381	(18%)
症状		
熱	371/394	(94%)
咳	365/397	(92%)
ノドの痛み	242/367	(66%)
下痢	82/323	(25%)
おう吐	74/295	(25%)
入院 (重症者などの内訳)		
全入院数	36/399	(9%)
肺炎(レントゲンで)	11/22 (50%)	11/399(2.8%)
ICUに収容	8/22 (36%)	8/399(2%)
人工呼吸機使用	4/22 (18%)	4/399 (1%)
タミフル服用	14/22 (74%)	
完治	18/22 (82%)	
死亡	2/22 (9%)	2/399 (0.5%)

注. 赤字は全体の中での割合を追加した。

しかし、下痢、おう吐は季節性インフルエンザではほとんど見られません。どちらか一つの胃腸症状を持つ人が、実に38%いるのが新型インフルエンザ(swine flu)です。このため、セキやくしゃみの飛沫感染だけでなく、下痢、吐物内のウイルスが口から入って感染する可能性もあるため、マスクだけでなく手洗いによる予防も大切です。

入院した重症例

季節性インフルエンザが重症化して死亡に結びつく時は、肺炎球菌や黄色ブドウ球菌など一般的な細菌性肺炎を合併した場合です。元々余病を持っていたり、高齢者や幼少時などが重症化しやすい人です。新型インフルエンザ(豚インフルエンザswine flu)の重症化は、弱い人だけでなく若い健康者にも起こっていることが特徴です。65歳以上の高齢者は22人の中にはいません。重症化例の状況について詳しく書かれていませんが、22人の入院者のうち9人が余病があ

かか

3. 罹らない! うつさない! 4つの掟

- 掟1. セキやくしゃみは口と鼻をカバーして あなたのくしゃみで次の人にうつります。 咳エチケットを守りティッシュやハンカチで口を覆いましょう。マスクもうがいもね。
- 掟2. 手を石けんや水でよく洗う 人手づたいに感染が広がります。 セキやくしゃみ、鼻をかんだ時はすぐ洗いましょう。
- 掟3. やたらに鼻や口、目を触らない ウイルスの出入り口だからです。
- 掟4. 完治するまで自宅待機を徹底する

おきて

自分で治ったと思ってもすぐ学校や会社へ行くのは掟破りです。熱が下がっても数日は感染するため発症後1週間程度は、できるだけ人に会わないでください。家庭でも自分の部屋に閉じこもりましょう。

新型インフルエンザはただの風邪ではありません。まかり間違えると大切な人や友人同僚を喪うことにもなりかねません。



手遅れにならない自宅治療の注意点

危ないと思ったらまずは電話で相談を!

アメリカでは新型インフルエンザの主な治療の場は自宅です。自宅治療のポイントは以下です。

- 1) 症状が出てから7日間か症状が消失してから24時間のどちらか長い方の間自宅を出ない。
- 2) 休養と、水分、塩分、栄養を十分摂る
- 3) 肺炎・呼吸不全等の重症な症状を見逃さない
 - ・呼吸が苦しかったり、胸痛がある
 - ・唇や爪が紫色や青くなっている
 - ・胃腸症状が強く水分や食事が摂れない

- ・立ちくらみや尿が出ない、泣いても涙が出ないなど脱水の症状の有無に注意する
 - ・けいれんが起こった
 - ・反応が乏しかったり、精神的に混乱している
- 4) 治るまで病気の日記をつける
熱、自覚症状、呼吸状態などを毎日記録しよう
本人・家族ともに注意点と4つの掟を守り、「罹らない、うつさない、手遅れにならない」インフルエンザの自宅管理を行う必要があります。