

# 病児保育室「あんず」のチョットアノネ

テーマ：インフルエンザにそなえる

No101. (2025. 10. 20.)

## インフルエンザの流行始まる

インフルエンザを報告する医療機関(定点と言います)から1週間に1名以上のインフルエンザの患者さんの報告があると流行期に入ったと判断します。本年度は例年より1か月程度早く流行期に入りました。宮城県でも仙台市を中心にA型インフルエンザの流行がみられ、若林区の学校では学級閉鎖もありました。亘理郡でも徐々にインフルエンザの患者さんが増えてきています(A型・B型両方のインフルエンザ患者さんが出ています)。これからはインフルエンザの流行に備える必要があります。

### インフルエンザの感染を防ぐために

(1) 健康な充実した体力を維持するために、バランスの取れた食事をとり十分な休息をとりましょう。(2) 乾燥した状況でインフルエンザは流行しやすいので、適度な湿度を保ちましょう。(3) 新型コロナの時と同様に、手洗いなど手指衛生につとめ、咳エチケットを守りましょう。(4) 人が密集する所はできるだけ避け、換気に努めましょう。(5) 本格的に流行する前にインフルエンザワクチンを接種しましょう。従来からの不活化ワクチン(注射)の他に、昨年から鼻に噴霧する生ワクチンが2歳~18歳で使用できます。



### インフルエンザは脳症と肺炎がこわい

インフルエンザの症状に引き続き次のような症状が見られたらインフルエンザ脳症の合併症の危険性があります。  
①意識障害：最も重要な症状です。刺激に全く反応がない重症の場合のみならず、反応が鈍いといった軽い意識障害にも注意が必要です。②けいれん：持続時間の長い場合、止まりにくい場合、再発するする場合は要注意です。③異常言動・異常行動：変なことを口走ったり、変な行動が長引いた場合も注意が必要です。これらの3つの症状があった場合はインフルエンザ脳症の可能性が高いので、直ちに大きな病院で診察を受ける必要性があります。脳症は非常に死亡率が高く、回復しても後遺症を残すことが多い病気です。

またインフルエンザ肺炎の合併症については、①高熱が続き、②せきが激しく、③呼吸が苦しそうになった場合は直ちに胸部レントゲンや血液検査、酸素飽和度などの検査をして肺炎があるかどうか診断します。

これらの脳症や肺炎の予防には、なんといってもインフルエンザワクチンを接種することが大切です。

### 現在流行している病気は何ですか？

宮城県内では： 第1位 新形コロナ、 第2位 感染性胃腸炎、 第3位 インフルエンザ  
亘理郡内では： 第1位 伝染性紅斑、 第2位 感染性胃腸炎、 第3位 新型コロナ

## 大友医院病児保育室「あんず」より

急に涼しくなりました。新型コロナは毎月減少してきていますが、宮城県ではまだ新型コロナが一番が多い状況です。そしてインフルエンザが徐々に増えてきています。早めにインフルエンザワクチンを接種して備えておく必要があります。そして手指消毒や咳エチケットなど基本的な感染予防につとめましょう。

病児保育室「あんず」：電話 0223-35-6455

