

## 「今はやりの感染症 ～すぐに役立つ予防策～」

大阪市立総合医療センター 感染症センター 白野 倫徳

これからの季節、まず気をつけなければならないのがインフルエンザです。インフルエンザウイルスは低温と乾燥を好み、冬に大流行します。筋肉や節々の痛みをとともう突然の発熱が特徴です。健康な人はほとんどの場合、十分な休養と栄養でよくなりますが、お子さん、お年寄り、妊婦さん、持病をかかえた人などは合併症を起こすこともあり、早めの医療機関受診が大切です。治療薬には内服薬、吸入薬、点滴薬があります。ワクチンで予防することも大切です。ワクチンの効果は100%ではありませんが、発症したときに重症化を防いだり、集団全体でみたときに発症を減らし流行を抑える効果があります。インフルエンザワクチンだけでなく、肺炎の原因となる「肺炎球菌」に対するワクチンも、お子さん、お年寄り、持病のある方には勧められます。

RSウイルスは主にお子さんに呼吸器感染症を起こすウイルスで、やはり冬に流行する傾向があります。生後2歳までにほぼすべてのお子さんが一度は感染するといわれていますが、何度でも感染します。症状は軽いかぜ症状から重い肺炎までさまざまですが、特に1歳未満のお子さんや心臓や肺に病気をかかえたお子さんには重症化しやすい傾向があります。また、お子さんだけでなく、大人も感染することがあり、お年寄りや肺に病気をかかえた方は重症化することがあります。ウイルスそのものに対する治療薬はなく、症状に応じた治療が中心となります。ワクチンも現時点ではありません。

インフルエンザウイルスもRSウイルスも、飛沫（ひまつ）感染といい、咳やくしゃみで感染するほか、ウイルスがついた手でものを食べたりすることによっても感染します。マスク、うがいは有効ですが、こまめに手を洗ったり消毒する、「手指衛生」も大切です。アルコール消毒には弱いウイルスですので、市販のアルコール消毒剤も有効です。咳やくしゃみが出る際は、マスクをしたり、ハンカチやティッシュで鼻・口をおおう「咳エチケット」も大切です。

ノロウイルスも冬に流行することが多いウイルスです。二枚貝を食べて感染するほか、感染した人の吐物や便からも感染し、感染力が非常に強いウイルスです。下痢や嘔吐がおもな症状ですが、適切な治療をおこなわないと脱水をおこし命にかかわることもあります。治療薬はなく、ワクチンも現時点ではありません。ノロウイルスはアルコール消毒が効きにくく、石けんと流水での手洗いが必要です。トイレや嘔吐した場所の掃除には次亜塩素酸ナトリウムという種類の消毒薬が有効です。

今年は感染症の話題が多い年でした。国内でデング熱が発生したり、西アフリカでエボラウイルスが流行したり、連日ニュースや新聞で取り上げられ、不安になった方も多いかと思えます。感染症には感染経路というものがあり、それに応じた対策をとれば決して怖くありません。まずはその予防策について正しい知識をもつことが大切です。本日はこれら3つの感染症を中心に、感染症の予防についてお話させていただきます。