

2009年11月10日

新型インフルエンザに関する緊急情報

滋賀大学保健管理センター

新型インフルエンザ（A/H1N1）は本格的な流行期にあります。しばらくは流行が続きます。その後、一旦下火になると予測されていますが、その後の推移はわかりません。

また、冬場に季節性インフルエンザ（Aソ連型、A香港型、B型）も同時に流行する可能性も否定できません。

皆様には、今後の感染拡大をできるだけ防止するために、自宅や大学において以下の諸点に御留意をお願い致します。

1. 新型インフルエンザの臨床像

新型インフルエンザの潜伏期は1～4日と考えられます。発熱期間は季節性インフルエンザに比し、やや短い（1～2日）ことが多く、重症感にも乏しいことが多いとされています。咽頭痛、咳、鼻症状、倦怠感を伴います。

新型インフルエンザに罹患し、回復した方の半数以上が、発熱の半日ないし一日前から、咳、咽頭痛あるいは鼻症状を自覚されています。

2. 感染予防策

基本は、人と人の距離をおくこと、頻回に手洗いをすることです。

できるだけ人込みを避け、外出時には、ティッシュペーパーを忘れずに携行しましょう。日頃から、体調に注意し、過労や睡眠不足を避けてください。咳・発熱などの症状がある場合には、原因が何であれ、自宅で安静にし、外出を自粛しましょう。

やむを得ず外出する場合には、マスクを着用し、「咳エチケット」を励行しましょう。

3. 医療機関への受診

高熱（38℃以上）、咳その他のインフルエンザ様症状が認められた場合には、最寄りの医療機関に、必ず事前に電話で受診時間、受診方法等を確認のうえ、速やかに受診していただくようお願いいたします。また、受診に際しては、感染の拡大防止のため「マスク」を着用しましょう。

発病した際の対応策をあらかじめシミュレーションしておきましょう。

特に、重症化のリスクが高いとされている妊娠中の方や、基礎疾患のある方は、早急に主治医と相談の上、早めにワクチン接種を受ける、罹患時の対応方法を決めておく、などをお願いいたします。

基礎疾患として、呼吸器疾患（気管支喘息を含む）、心疾患（高血圧を除く）、腎疾患、肝疾患、神経筋疾患、血液疾患、代謝性疾患（糖尿病）、免疫抑制状態（HIV感染、悪性腫瘍を含む）などが挙げられています。

4. 感染が確認されたら

医療機関で「インフルエンザ」と診断された場合には、速やかに所属部局に連絡してください（平日の8時45分から17時30分まで）。迅速診断キットの感度は40-80%とされていますので、陰性であってもインフルエンザを否定することはできません。医師の指示に従って自宅で療養をしてください。

重症化を疑わせる症状を呈する場合には、緊急に医療機関を受診し、医師の指示に従っていただきますようお願いいたします。重症化の症状として、改善後の再発熱や咳の悪化、激しい嘔吐、呼吸困難や息切れ、血痰、胸痛や腹痛、精神状態の変化、突然のめまいなどが挙げられています。（若年者では、特に基礎疾患を持たない方でも重症化する例があります。）

5. 回復までの自宅待機

「インフルエンザ」と診断された場合には、医師の指示に基づき、症状が改善（解熱）してから48時間、あるいは発熱後7日間（いずれかより長い期間）、自宅待機による経過観察後に登校、復帰してください。抗インフルエンザ薬で解熱した後も、数日間はウイルスを排泄することが知られています。

クラブやサークル、研究室などで複数の方が相次いで発症した場合には、それ以上の拡大を防ぐために活動を一時休止します。潜伏期が1～4日であること、発熱前日から感染力を持つことから、休止期間は5～7日間が必要です。