



健やか豆知識 第9回

Q. インフルエンザにかかったら、何日目から学校に行ってもよいでしょうか。

- I 解熱した翌日から
- II 解熱して3日目から
- III 解熱して5日目から



高田製薬株式会社
〒336-8666 埼玉県さいたま市南区沼影1丁目11-1

高田製薬
www.takata-seiyaku.co.jp

さらに詳しい情報は
ホームページで!

インフルエンザワクチンで発症と重症化を予防

毎年、秋口になるとインフルエンザの流行予測がニュースの話題となり、「そろそろワクチンの予防接種を」と考える人も少なくありません。インフルエンザワクチンを接種する目的は、完全な予防というより「ウイルスに感染しても発症を抑えること」、「発症しても重症化させないこと」です。特に糖尿病などの基礎疾患のある人、高齢者、乳幼児は重症化しやすいので、シーズン前にワクチン接種をしておいたほうがよいでしょう。インフルエンザワクチンは毎年接種することで、より抗体が付きやすくなります。子どもは生まれてからの年数が少ないので、大人よりも回数を増やして抗体を多く作るために2回接種します。

インフルエンザウイルスは毎年少しずつ性質を変化させて流行します。ワクチンはその年に流行が予想されるインフルエンザウイルスの抗原が入っているので、毎年の接種が必要です。

インフルエンザにかかったら、熱が下がったあとも2日程度はほかの人にうつす可能性があります。「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日(幼児については3日)を経過するまで」外出を控えましょう。なお、厚生労働省の見解により治癒証明書は、平成30年度より必ずしも必要ではなくなりました。

毎年、飛沫感染と接触感染で猛威をふるうインフルエンザ。こまめな手洗いとマスク着用が大切です。そのほか、バランスのよい食事と十分な睡眠をとり、感染症にかかりにくい生活環境、体調管理を心がけましょう。

堀越 裕歩 小児感染症科医

< II 正解 >

< 正解 II 解熱して3日目から >

クイズの解説

一般的に、インフルエンザウイルスは発症の前日から発症後3~7日間は鼻やのどからウイルスを排出するといわれており、人にうつす可能性があります。現在、学校保健安全法(昭和33年 法律第56号)関係法令では、学校における予防すべき感染症の種類、出席停止、臨時休業等について定めています。インフルエンザについては、「**発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日(幼児については3日)を経過するまで**」を出席停止期間としています(図1)。

インフルエンザは急な高熱・関節痛などが特徴(図2)です。持病のある方々や高齢者、妊婦、小さなお子さんなど、感染することで重症化するリスクのある方は除いて、基本的に『安静にしていれば自然に治る病気』です。近年、病院の待合室などで、二次的な感染拡大が問題視されています。病気がひどくならないようにと通院している医療機関で、インフルエンザにかかってしまうことがあります。

高熱の出始めでは、ウイルス数が少なく検査に出ない場合があります。検査する場合は発症後12~48時間までの間がよいでしょう。また、受診する際は、医療機関の発熱患者対応の診療時間や入り口、受診方法について確認しておきましょう。まずは、水分と栄養を補給して十分に睡眠を取りましょう。

インフルエンザ対策でもっとも重要なことは予防です。
毎年のインフルエンザ予防接種や流行期の人混みを避けるほか、徹底した手洗いをを行うとよいですね。

図1：出席停止期間「解熱後2日を経過するまで」の考え方

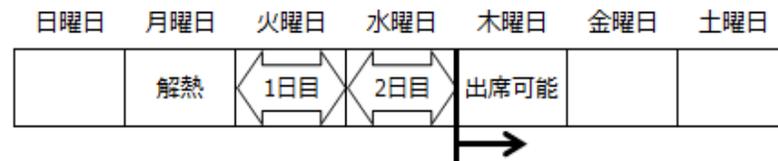


図2：インフルエンザと風邪の違い

	インフルエンザ	風邪
症状	38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状	鼻水やのどの痛みなどの局所症状
流行時期	1月~2月に流行のピーク 但し、4月、5月まで散発的に流行することも	1年を通してひくことがあります