

## インフルエンザの話

今年、沖縄ではインフルエンザが夏でも切れ間なく小流行していました。「インフルエンザは冬の病気」という定説が成り立たなくなってしまった初めての現象です。

そして11月からクリニックの方は、インフルエンザの予防接種で毎日大忙しです。今年は「鳥インフルエンザ」の話題でインフルエンザが例年よりも注目されていますが、数年前の「サズ騒ぎ」を思い出します。

うわさの「**新型インフルエンザ**」は、

こうびょうげんせい  
**高病原性鳥インフルエンザ (H5N1 型)** のウィルスが突然変異して、人から人に感染する新しいタイプのインフルエンザを**想定**しています。従って、世界中誰もそのウィルスに対する免疫を持っていない訳です。もし国内で発生した場合には、最大 2,500 万人がかかり、死者は 16 万 7,000 人になると、厚生労働省は試算しています。

その対策の一つとして**インフルエンザ治療薬「タミフル」**の国内備蓄が具体化してきました。ところがその矢先、「タミフル」を飲んだ後、男子高校生が車道に走り出てトラックにひかれたり、男子中学生がマンションから飛び降りたりして死亡していた事が報道されました。「タミフル」による「異常行動」や「幻覚」などの副作用は以前から言われていたようですが、ここに来て「タミフル」が犯人扱いされています。

しかし、11月19・20日に参加した「日本小児アレルギー学会」(福井)で、「インフルエンザの今日的問題」で話された岡山大学の森島先生によりますと、インフルエ

ンザの症状としての異常行動は、「タミフル」発売以前から報告があり、特にB型インフルエンザ時に見られる事が多いと言う事なのです。従って今回報道された異常行動は、一概に「タミフル」の副作用と決め付けるよりは、インフルエンザによる脳症状の一つと考えた方がよいと話されました。

マスクミに取り上げられるといかにも正しい情報と思いがちですが、パニックになる前により正確な分析、判断をする冷静な態度をお互い身に付けたいものです。

さて、**風邪のウィルスは 200 種類**もある事をご存知ですか？インフルエンザウィルスはその1つですが、A 香港型、A ソ連型、B 型などが有名です。インフルエンザは風邪症状が比較的強く、高熱 (39~40℃) で、全身倦怠感・頭痛・関節痛・腰痛・筋肉痛など全身症状があり、その後咳・鼻水、嘔吐・下痢があります。普通の風邪でも同様な症状はありますが、最近ではインフルエンザの検査が容易にできるようになり、診断がより確実になりました。

インフルエンザウィルスは、**接触性感染、飛まつ感染**ばかりでなく、**空気感染**があります。従って、予防としては手洗い、うがい、マスクだけでは不十分であり、お部屋の加湿 (50%以上) や流行時には人混みを避けること、そしてやはり**ワクチン接種が一番良い**と言う事になります。

免疫力を高めるためには、日頃からビタミン・ミネラルを十分に摂取すること、特にビタミン C、ビタミン A、亜鉛、そして元気の源は胃腸力ですので乳酸菌の補給も大切だと思います。(たまなは)