

変異して流行を繰り返す

冬に流行する代表的な感染症は、インフルエンザとノロウイルスです。インフルエンザは12月から1月、ノロウイルスは10月から1月にかけて流行のピークを迎えます。毎年このことはいえ、私は大丈夫」と甘く見るのは禁物だと言えるでしょう。

まず、インフルエンザは、インフルエンザウイルスによる流行性の感染症です。一度感染した人には免疫ができませんが、毎年、ウイルスが変異するのでその免疫が役に立たなくなり流行を繰り返しています。

手洗いでウイルスを撃退

重症化を防ぐワクチンの接種を

「感染症」とは、細菌やウイルスといった病原体の感染による病気です。冬場になるとインフルエンザやノロウイルスが猛威を振るい、重症化しやすい乳幼児や高齢者はもちろん、受験生にとっても怖い存在です。感染症について長年研究を続けている金沢医科大学臨床感染症学飯沼由嗣教授に、病気を寄せつけない予防法などをうかがいました。



今月の回答者 |
飯沼 由嗣
金沢医科大学臨床感染症学教授
金沢医科大学病院感染科科長
日本内科学会総合内科専門医
日本感染症学会
感染症専門医・指導医など

潜伏期間は平均1〜2日間です。症状としては、高熱や全身症状(倦怠感・筋肉痛など)のほか、鼻水やくしゃみ、咳などがあります。高齢者は肺炎、乳幼児はけいれんや脳症といった合併症に注意してください。

予防として真っ先に思いつくのは、ワクチンでしょう。ただ、その年に最も効果的なワクチンを作るのは簡単ではありません。なぜなら、先ほど申し上げた通り、毎年、インフルエンザウイルスは変異するからです。

予測してワクチン製造

予防として真っ先に思いつくのは、ワクチンでしょう。ただ、その年に最も効果的なワクチンを作るのは簡単ではありません。なぜなら、先ほど申し上げた通り、毎年、インフルエンザウイルスは変異するからです。

流行中のウイルスでワクチンを作ることができたらいいのですが、ワクチンが完成したところには流行が終わってしまっています。ですので、日本と反対側のオーストラリアなどの南半球の流行から予測するなどして、ワクチンを製造しているのが現状です。

では、予想が外れたからと言って全く効果がないかというと、そうではありません。ウイルスが変異しても基本構造は似通った部分が多く、ワクチンは複数のウイルス型を組み合わせて作るため、かかったとしても重症化を防ぐことが可能です。

予防として真っ先に思いつくのは、ワクチンでしょう。ただ、その年に最も効果的なワクチンを作るのは簡単ではありません。なぜなら、先ほど申し上げた通り、毎年、インフルエンザウイルスは変異するからです。

ウイルス増殖前に受診

インフルエンザにかかったと思ったら、なるべく早めに医療機関を受診しましょう。ウイルス数が少ない内に、抗インフルエンザ薬を投与したほうが、効果が出やすくなるためです。

抗インフルエンザ薬は「リレンザ」「タミフル」「イナビル」「ラピアクタ」「ゾフルーザ」の5種類(図1)があります。その中でも「ゾフルーザ」は、2018年3月に発売された新薬です。

内服薬である「タミフル」は、1日2回、5日間服用することになります。「イナビル」は吸入薬で、1回の吸入で治療が終了します。新薬の「ゾフルーザ」は、これまでの薬とは全く異なる仕組みで効果を示す薬剤であり、1回の服用で治療が終了しますが、耐性ウイルスの報告もあります。

抗インフルエンザ薬の種類

	ザナミビル (リレンザ)	オセルタミビル (タミフル)	ラニナミビル (イナビル)	ペラミビル (ラピアクタ)	パロキサビル (ゾフルーザ)
効果	ウイルスが細胞から外に出ないようにする				細胞内のウイルスが増えないようにする
特徴	吸入薬 5日間	経口薬 5日間	吸入薬 1回吸入	注射剤 1回(追加可能)	経口薬 1回服用

(図1)

1カ月後も感染に注意

次にノロウイルスです。ごく微量のウイルスでも感染します。このウイルスは、口から胃を通り、腸治療薬を選んでくれますので、きちんと最後まで飲みきることが大切です。

治療薬を選んでくれますので、きちんと最後まで飲みきることが大切です。

ノロウイルスには、ワクチンや治療薬はありません。治療は対症療法(水分補給、吐き気止めの投与など)が中心です。有効な手立てがないだけに、感染予防が欠かせません。

手を介して体内に侵入

このように、感染症はとても怖い病気ですので、知識を持ってしっかりと予防することが大切です。そこで、感染を未然に防ぐためのポイントとなるのは「手」だと考えてください。

ウイルスの多くが手を介して体内に侵入し、病気を引き起こします。そんな感染を回避する切り札

予防というマスクを思い浮かべる人もいます。しかし、マスクではウイルスを完全に防衛できません。その役割は、まず「人にうつさない」ことです。マスクを着用すると咳やくしゃみの飛沫の拡散を防ぐことができます。もう一つは保湿効果です。乾燥からのどの粘膜を保護して感染しにくくします。

最後に、寒くなると体調を崩しやすくなります。日ごろの生活リズムを整え、少しでもおかしいと感じたら、医療機関を受診してください。