



インフルエンザ  
対策

No.40

京都府丹後保健所 HP パナー

# インフルエンザ NEWS

編集／発行 **京都府丹後保健所**  
 (丹後広域振興局健康福祉部)  
 保健室 感染症・難病担当  
 〒627-8570 京丹後市峰山町丹波 855  
 TEL.0772-62-4312 FAX.0772-62-4368  
[www.pref.kyoto.jp/tango/ho-tango](http://www.pref.kyoto.jp/tango/ho-tango)

丹後保健所

検索

## もくじ

- ◇ インフルエンザ流行状況 … ①
- ◇ インフルエンザ治療薬 … ①
- ◇ インフルエンザ予防について … ②
- ◇ 新型インフルエンザについて … ②

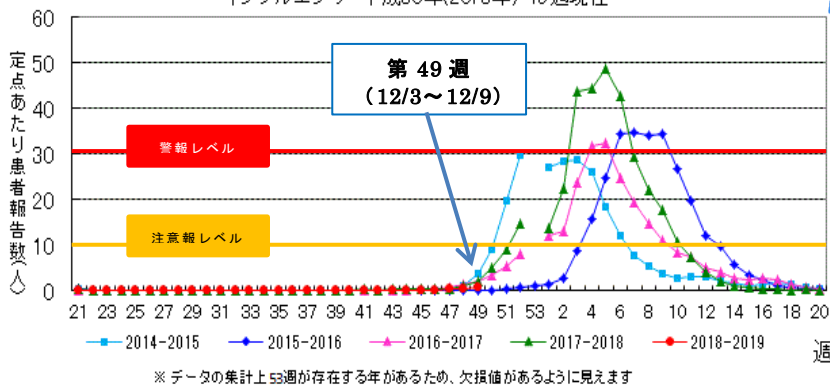
この冬のインフルエンザ流行に備え、厚生労働省では「今冬のインフルエンザ総合対策」が取りまとめられ、ホームページが開設されました。詳しくはこちらをご覧ください。  
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/influenza/index.html>



丹後保健所インフルエンザ対策 啓発キャラクター ソナウレ君

## インフルエンザ流行状況

京都府感染症発生動向調査 最近5年間の推移  
 インフルエンザ 平成30年(2018年) 49週現在



今シーズンのインフルエンザは、平成30年第49週時点で全国の定点医療機関あたり報告数が1.70となり、流行入りの目安である1.0を越えました。年明けは、後の流行ピークに備えて、ワクチン接種や手洗い、咳エチケットなど感染予防対策に努めましょう。

インフルエンザって風邪と何が違うんだろう？

インフルエンザは、ウイルスによって起こる感染症であり、1～2月が流行のピークです。急な38℃以上の発熱、せき、のどの痛み、全身の倦怠感を伴います。このような症状がある場合は早めに休養し、医療機関を受診するようにしましょう。

## インフルエンザ治療薬

抗インフルエンザ薬は体内でインフルエンザウイルスに作用して、インフルエンザの症状を軽くしたり、早く治す効果があります。抗インフルエンザ薬には経口薬、吸入薬、点滴、小児用のドライシロップなどがあります。

また、今年から新たな抗インフルエンザ薬として、「ゾフルーザ」の保険適用が承認されました。1回の服用で治療できる錠剤タイプで、飲み忘れを防ぐ効果も期待できます。ただし、ゾフルーザの治療によって薬の効かない耐性ウイルスが発生する可能性が指摘されています。このため厚生労働省では全国的なウイルス調査を予定しています。



飛沫感染

(1) 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出



(2) 別の人が、そのウイルスを口や鼻から吸い込み感染



※主な感染場所  
学校や職場、満員電車などの人が多く集まる場所

接触感染

(1) 感染者がくしゃみや咳を手で押さえる



(2) その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く



(3) 別の人が、その物に触って、ウイルスが手に付着



(4) その手で口や鼻を触って粘膜から感染



※主な感染場所  
電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチなど

イラスト出典：政府広報オンライン



どうやってうつるの？

インフルエンザの感染経路には飛沫感染、接触感染の2種類があります。感染経路を理解して、インフルエンザに「かからない」、インフルエンザにかかっても「うつさない」対策をとることが大切です。



みなおそう！

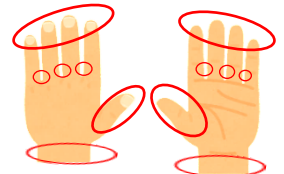
正しい手洗い方法



- ① 腕時計や指輪を外す  
※爪は普段から短くしておきましょう
- ② 石けんで洗い終わったら流水でしっかり流す
- ③ 清潔なタオルやペーパーで拭き取る

＜汚れの残りやすいところ＞

- ・指先、爪のあいだ
- ・親指
- ・指のあいだ
- ・手のしわ
- ・手首



インフルエンザにかからないためのチェックポイント☑

- 流行前に予防接種を受けている  
発症する可能性を減らす効果と、発症した場合の重症化防止に有効とされています。
- 普段の健康管理ができています  
体の免疫力を高めるために、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけましょう。
- 人混みや繁華街への外出を控えている  
インフルエンザの流行が始まったら、不要不急な外出を避けましょう。
- 適度な湿度(50~60%)の保持をしている  
空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。
- 外出後、食事前に手洗いをしている  
流水、石けんにより手についたウイルスを取り除きます。アルコール手指消毒剤も効果的です。



新型インフルエンザ対応訓練を実施しました

新型インフルエンザとは、それまで人の間で流行したことのないインフルエンザであり、ほとんどの人がそのウイルスに対する免疫を獲得していません。そのため感染が広がりやすく、世界的な大流行(パンデミック)となるおそれがあります。

丹後管内では、新型インフルエンザ発生国から帰国した人が発症したことを想定し、弥栄病院、北部医療センター、京丹後・宮津与謝消防署と合同で10月3日に訓練を実施しました。定期的な訓練により対応手順の確認やマニュアルの見直しを行い、対応力の向上に努めています。



搬送訓練中



診察風景

