

ほほえみ薬局 健康教室

「インフルエンザ」

～もしインフルエンザになったら～



1

前回までの振り返り



2

予防接種を打てば 大丈夫なの？



100%の予防は難しいけれど・・・

- ➡ 抗体が産生され**免疫力アップ！**
- ➡ **重症化を免れる**効果あり！



インフルエンザの予防法 手洗い(消毒)

ウイルスの侵入の機会を減らす



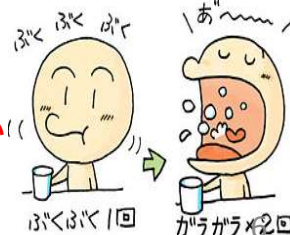
5

インフルエンザの予防法

うがい(消毒)

のどに付いたウイルスを洗い落とし
粘膜を滑らかに！

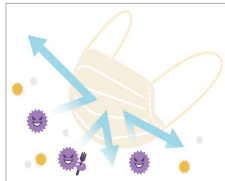
ウイルスは湿気に弱い！



インフルエンザの予防法

マスク着用

ウイルスが入った飛沫(感染)を防ぐ！
のどの乾燥を防ぐ！



インフルエンザ感染防止
咳・くしゃみ等による飛沫感染に注意!!



「免疫力」って？

細菌・ウイルスなど外敵から体を守るシステム

病気などに抵抗する力
(抵抗力が高い＝免疫力が高い)



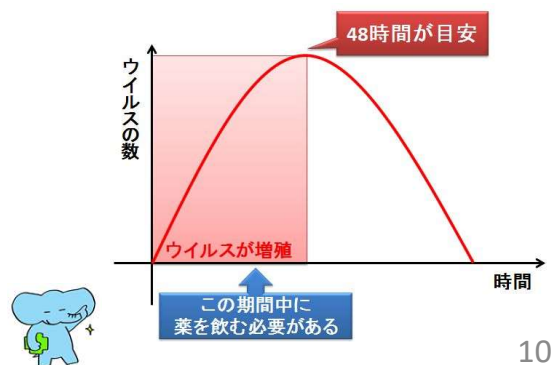
本日の内容

もしインフルエンザになったら…

- ・どんな検査や治療をするの？
- ・気を付けることって何？



診断・検査(1)



診断・検査(2)

鼻腔検査



検査のタイミングが早すぎると反応しない場合も1..

診断・検査(3)

血液検査

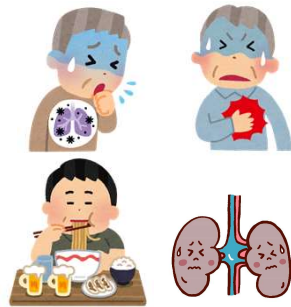
インフルエンザなどウイルス性なのか細菌性なのかを確認
⇒適切な治療薬を選ぶ

検査で陰性の場合も、症状から判断して治療開始する場合あり

ウイルス	ヒトや動物などの細胞の中	抗生物質
増殖する時	効果なし	効果あり
抗生物質	効果なし	効果あり

こんな方は特に注意を

- 65歳以上
- 気管支ぜん息
- 心不全
- 糖尿病
- 腎臓が悪い



☞ **ハイリスク群**

重症化したり、**合併症**を引き起こす可能性も

合併症

- 「**二次性細菌性肺炎**」
インフルエンザに引き続き発症
高齢者の死亡例の多くを占める
- 「**インフルエンザ脳症**」
突然の高熱後、幻覚や言動
異常、意識障害



なぜ治療が必要なの？

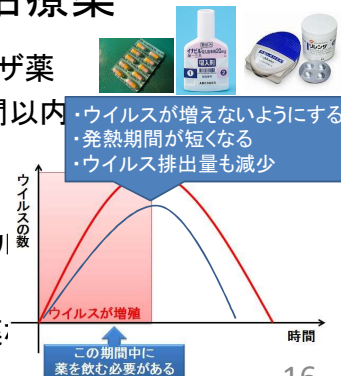
治療することで

- 命に係る**合併症**を予防！
- 周囲に**感染**を広げない！

15

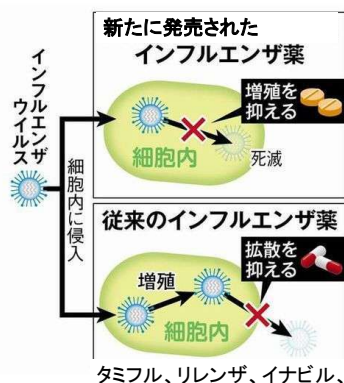
治療薬

- 抗インフルエンザ薬
発症から48時間以内
を短縮できる
- 麻黄湯
寒気などインフル
- 対症療法
解熱剤、去痰薬



16

抗インフルエンザ薬



ゾフルーザ

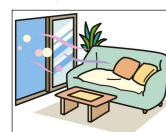
- 〈利点〉
- 1回だけの服用で良い
 - より速くウイルスが消失する
- 〈欠点〉
- 副作用が出た場合に中止できない
 - 使用経験が少ない
 - 安易な使用で耐性菌
 - 値段が高い

タミフル、リレンザ、イナビル、ラピアクタ

17

感染してしまったら(1)

- 最も大切なのは安静と睡眠
- 室内の加温、湿度管理でウイルスを抑える



室温：18～20度くらい
換気：1～2時間に1回



湿度：50%くらい
注意！ 60%以上
☞ ダニやカビが大繁殖



18

感染してしまったら(2)

- 汗をかくので、こまめな水分摂取を
- 胃に負担がかからない、高栄養食
- 熱が下がった後も、2日間は外出控える

