

アイヌタイムズ 第57号 日本語版

★ インフルエンザのお話

インフルエンザという病気の原因は、インフルエンザウイルスと言われるものです。

これは、普通の風邪とちがって、急激な38℃以上の発熱、悪寒、頭痛、全身倦怠感が起きます。

たまに、子供は急に意識がなくなり（急性脳症）、お年寄りには肺炎になって、亡くなる人もいます。

咳をすると病気が広がり、これは「飛沫感染」と言われるものです。手にウイルスが付くと病気が広がり、これは「接触感染」と言われるものです。そのため、外から帰ってきた時は、石けんで手を洗うことは大事なことです。

日本では、毎年、冬になると季節性インフルエンザは流行します。

通常、最初に11月下旬から12月までに発生します。学校が冬休みの間はおさまり、翌年の1～3月頃に増加しピークを迎えて4～5月には流行は収まります。

感染症法という法律に従って、頼まれた医療機関が、7日ごとに（毎週）、インフルエンザ患者を数えて保健所に報告しています。

頼まれた医療機関は、定点医療機関と言われるものです。

北海道には、227の定点医療機関があります。北海道には、30の保健所がありますが、2013年第3週には、24保健所で注意報レベルとなり、3保健所で警報レベルとなりました。1つの定点医療機関の平均インフルエンザ患者が10人を超えると、注意報レベルになります。注意報レベルになると、4週間後までに、大きな流行になることがあります。1つの定点医療機関の平均インフルエンザ患者が30人を超えると、警報レベルになります。警報レベルになると、大きな流行が続くことがあります。

外出して帰ってきたら手洗いをしたり、50%～60%の湿度にしたり、十分に休んだり、十分に食べたりして、体を大事にしたり、なるべく人ごみには行かないようにすると良いです。また、インフルエンザワクチンを予防接種することは大事です。接種するとそんなに悪くなりません。特に高齢者にすることは良いことです。

[横山 裕之] 沙流・千歳