

「インフルエンザ」ってどんな感染症？

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスが原因で起こる感染症です。毎年11月下旬頃から12月上旬頃に流行が始まり、翌年の1～3月頃にピークを迎えます。感染力が強いため、ひとたび流行が始まると、短期間で感染が拡大します。インフルエンザウイルスに感染すると、1～3日の潜伏期間を経て、38℃以上の発熱、せき、悪寒、のどの痛み、関節痛、全身倦怠感、頭痛などの症状があらわれるのが特徴です。

どのように感染するの？



感染の多くは飛沫感染で、くしゃみやせきが原因です。ウイルスを含んだしぶきが飛び散り、それを吸い込むことで感染します。1～1.5mの距離であれば、直接呼吸器に侵入します。また、ウイルスが付着したドアノブや照明のスイッチなどに触れた手で鼻や口に触って感染する接触感染や閉め切った空間で感染者が呼吸するだけでウイルスが周囲に拡散する空気感染が起こる可能性もあります。

インフルエンザの予防・対策のポイント



基本は手洗い

手洗いは重要です。手や指についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するには、流水・石けんによる手洗いが有効です。アルコール手指消毒薬も効果があります。



せきエチケット

せきやくしゃみによる飛沫感染を防ぐため、感染者はマスクをしましょう。マスクをしていないときに、せきやくしゃみが出そうになったら、ティッシュや腕で口と鼻を覆い、しぶきを周囲に飛ばさないように心がけて。使用したティッシュはゴミ箱に捨ててください。もし手のひらで口や鼻を覆った場合は、すぐに手を洗いましょう。



ワクチン接種

流行前のインフルエンザワクチン接種は有効な対策の一つです。12月中旬くらいまでに毎年受けておくことが望ましいとされています。接種すれば絶対にインフルエンザにかからないわけではありませんが、感染後の発病をおさえる効果と、発症後の重症化を防ぐ効果があります。なお、拓殖大学では学部生を対象に学生健保よりインフルエンザ予防接種費用の一部補助制度がありますので是非利用してください。

【学生健保】インフルエンザ予防接種の費用を補助についてはこちらをご参照ください

<https://www.takushoku-u.ac.jp/students/influenza-aid.html>

参考・引用文献：丸石製薬株式会社『感染対策コンシェルジュ』

<https://www.m-ipc.jp/what/influenza/>