

冬季のウイルス感染症の 治療と予防

ほけせん便り 128号

保健管理センター長 立石博高

2012年12月17日発行 資料提供 井上医師

かぜ・インフルエンザ・ウイルス性胃腸炎（主にノロウイルス感染症）の予防には、**とにかく、手洗い・うがいが重要です**。トイレの後だけでなく、外出から帰宅した際などには、石鹸で十分に手洗いを、加えてうがいを励行しましょう。マスクについては、健康な人より、かぜやインフルエンザに罹患した人の着用の方が、感染伝播の防止に有効です。

かぜ（普通感冒）

治療

安静・休養・十分な栄養と水分の摂取・室内の保温と保湿・抗ヒスタミン薬・非ステロイド性抗炎症薬（解熱消炎鎮痛薬）・鎮咳薬・去痰薬

予防

手洗い・うがい・マスク

抗生剤は有効か？

ウイルス感染症としての風邪に対しては無効です。また、細菌二次感染に対する予防を目的とした投与も行われません。これが日本呼吸器学会の見解です（2003年、2004年）。抗生剤の使用は、①3日以上の高熱、②ウミのようなタンや鼻汁、③ひどいノドの腫れ、④中耳炎や副鼻腔炎の合併などの場合に限定されます。

インフルエンザ

治療

安静・休養・十分な栄養と水分の摂取・室内の保温と保湿・抗インフルエンザ薬・非ステロイド性抗炎症薬（解熱消炎鎮痛薬）・その他の対症療法薬

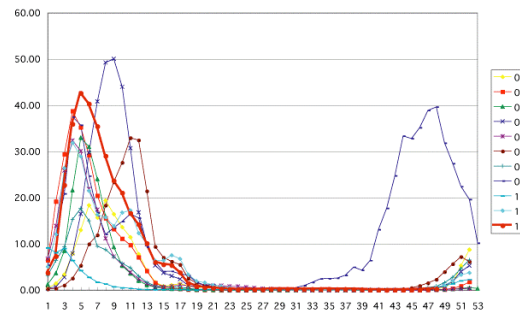
予防

手洗い・うがい・マスク・予防接種

抗インフルエンザ薬は有効か？

インフルエンザの全経過は1週間程度ですが、これを数日間短縮します。また、発熱レベルを1℃程度抑制します（基本的に、抗生剤は処方されません）。

学校安全保健法が改正され、登校不可とされる期間が変更されました。「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」が、登校不可期間です。



インフルエンザの年別・週別発生状況（2002-2012年）

例年、発生患者数は年末から増加して1-2月にピークを迎えます。4月になって流行は終息します



ウイルス性胃腸炎

治療

安静・休養・十分な水分摂取・食事療法・消化器用薬・輸液

予防

手洗い・汚物の適切な処理・生食の回避

ウイルス性胃腸炎は冬の病気なのか？

ノロウイルス等の感染によってもたらされるウイルス性胃腸炎は、例年初冬から増加し始め12月から1月にかけて患者数のピークを迎えます。