

予防法・対策を知ろう！
新型インフルエンザ パート1

● 新型インフルエンザとは？

「鳥インフルエンザ」と「新型インフルエンザ」は違います！

従来はヒトに感染しづらかった鳥インフルエンザが変化して、ヒトからヒトへと感染するようになったものが「新型インフルエンザ」です。いつ、どのようなインフルエンザが発生するかわかりません。



● ふつうのインフルエンザとどう違うの？

「ふつうのインフルエンザ」と「新型インフルエンザ」は違います！

- 1 新しいウイルスなので、誰も免疫を持っていない
- 2 死亡率が高い（H5N1型の鳥インフルエンザがヒトに感染した例では致死率60パーセント以上）
- 3 感染力がとて強い
くしゃみや咳だけでなく空気感染・接触感染もあります。
- 4 若いヒトの方が重症化しやすい
からだの免疫機能が過剰反応し、自分自身の組織を傷つけてしまいます。
- 5 新しいウイルスなので、ぴったりのワクチンがない

● もし新型インフルエンザが発生したら・・・？

【大流行】ヒトは新型インフルエンザに対して免疫を持っていないため、発生したらすぐにヒトからヒトへと感染して広がり、大流行を起こす危険性があります。電車やバス、飛行機などの発達により、世界や日本のどこで発生しても、短期間にまん延すると考えられます。

このような大流行は周期的に見られ、大正7～9年のスペインかぜと言われていた新型インフルエンザでは、世界で人口の25パーセントが罹患し、4000万人が死亡したと推計され、日本では約39万人が死亡したとされています。

● 日本での想定される最悪な事態は？

感染者	人口の4分の1
受診者	約2500万人
入院者	約53万～200万人
死者	17万～64万人

過去に流行したデータを基に推計。あくまでも推計値のため、これを上回る可能性もあります。

- 商物流が停止
- ライフラインが停止
- 公共交通機関がマヒ

バスや電車を動かさず人、電気や水道、ガスなどを供給する人、店の店員やさまざまな会社で働く人などが、新型インフルエンザにかかって仕事ができない

くなると、私たちの日常生活はマヒするおそれがあります。そのため、日常からの対策と準備しておくことが大切です。

● 家庭でできるインフルエンザ対策
流行前から備えましょう！

備え① うがい・手洗い・マスクがあなたを守る

インフルエンザはおもに感染者の咳やくしゃみ、つばきに含まれるウイルスを吸い込むことで感染（飛沫感染）します。外出後はうがいと手洗いを徹底して体についたウイルスを除きましょう。マスクで防ぐことも大切です。
感染を広げないために…守ろう「エチケット」
マスクをしていないときに、咳やくしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻をおおい、顔を他の人には向けずに、できれば1メートル以上離れましょう。鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにフタ付きのゴミ箱に捨ててください。

備え② 備蓄は最低でも2週間分を

新型インフルエンザの最大の防御法は、外出を控えること。場合によっては都道府県などから「自宅待機」の要請が出ることもあるので、災害対策と同時に食料や日用品などを備蓄しておきましょう。

● 備蓄リスト

● 新型インフルエンザ対策物品

マスク、使い捨て手袋、氷枕や保冷用品（頭や腋下の冷却用）、ビニール袋（汚染物の密封に使用）、漂白剤（消毒効果のある次亜塩素酸）、消毒用アルコール、ゴーグル（花粉症のものや眼鏡で代用可）

● 非常食

米、餅、乾麺、乾パン、レトルト食品、冷凍食品（停電に注意）、缶詰、菓子類、水 など

● 常備品

常備薬（持病の処方薬、胃薬、痛み止めなど）、絆創膏（大・小）、ガゼ・コットン（滅菌のもの）、アセトアミノフェンなど。成分によってはインフルエンザ脳症を助長することがあるので、購入時に薬剤師に確認してください。

● 日用品

トイレトペーパー、キッチン用ラップ、アルミホイル、洗剤（衣類・食器等）、石けん、シャンプー・リンス、保湿ティッシュ（アルコールのあるもの）、生理用品、ティッシュペーパー、紙おむつ など

● 災害用物品

カセットコンロ・ガスボンベ、乾電池、懐中電灯、携帯電話充電キット、ラジオ・携帯テレビ など

【お問い合わせ先】 揖斐川保健センター
TEL 23-1511