

みやはら耳鼻科通信

発行/ 医療法人 南輝 〒702-8034 岡山市南区福浜西町6番 17号 ☎086-237-4133

初めての方でも順番予約できます！

「みやはらブログ」も日々更新中！

朝8時から診療しています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00-12:30	●	●	●	/	●	●	/
15:00-18:30	●	●	●	/	●	/	/

今年は去年と違って寒い・・・{{ (>_<) }} そんなふうに思える 11 月でしたが、いよいよ 年末。この時期に困る病気の一つにインフルエンザがあります。

インフルエンザはニュースなどでよく話題になりますが、実際どんな病気なのでしょう？備えあれば憂いなし、今月は「インフルエンザ」がテーマです。

【インフルエンザとカゼの違い】

どちらも熱や鼻水、のどの痛み、咳など起こるのでまぎらわしい。

ただし、いくつか違いがあります。

まずは症状。カゼは鼻やのどなど部分的ですが、インフルエンザは体がとてもだるいといった全身の症状がおこります。

発症の仕方も対照的です。カゼは比較的ゆっくりなのに対して、急激におこります。

また、インフルエンザは気管支炎、肺炎、お子さんでは中耳炎、熱性けいれんなどを一緒におこして、重症になることがあるのも特徴です。

【1 シーズンに 2 回インフルエンザになることはあるの？】

インフルエンザで大きな流行の原因となるものにはA型とB型があります。さらにA型にもいくつかタイプがあり、複数のA型と B型といった形で同時期に流行することがあるので、同じシーズンの間にA型とB型といった型違いだけでなく、A型に 2 回かかる・・・ということもあり得ます。

【インフルエンザにかからないようにするために】

流行する前にインフルエンザワクチンを接種しましょう。インフルエンザワクチンを接種しても絶対にインフルエンザにならないとは言えません。ただし、インフルエンザでの死亡を予防し、ひどい合併症といった健康被害を最小限にすることはできます。

インフルエンザが流行しだしたら、以下の 5 点にご注意！

- ・人混みや繁華街への外出を控える。
- ・外出する時にはマスクを利用する。
- ・家の中では加湿器などを利用して適度な湿度を保つ。
- ・十分な休養、バランスの良い食事をとる。
- ・うがい、手洗いをしっかりする。

【インフルエンザかな？と思ったら・・・】

実はちがったウィルスの病気だった。。

例えばお子さんでいえば、RSウイルスといった保育園や幼稚園の出席停止になる病気もあつたりします。

インフルエンザだけでなく他のウィルスの病気などがないか、お子さんでいえば小児科、大人の方でいえば内科で全身的なことも含めて相談することをお勧めします。



【インフルエンザにかかったら】

病気になってから5日以上、また熱がさがってから2日経過しないと登校できません。また、一日の中で熱が出た時と平熱の時があった場合は、「発熱日」となりますので注意が必要です。

【インフルエンザ脳症とは・・・】

インフルエンザの発熱から早い時期（多くは24～48時間以内）で、嘔吐、異常行動、意識障害、けいれんなどが見られ、1才をピークとして幼児期に最も多いです。男の子と女の子のなりやすさの差はありません。

コワイのが、亡くなる方が10%くらいおられるのと、後遺症が25%に見られるということです。

【新型インフルエンザとは・・・】

ヒトの間で長い間流行しなかった新しいタイプのインフルエンザウィルスによるインフルエンザのことです。代表的なものにニワトリなどにとって毒性の強い鳥インフルエンザウィルスがありますが、遺伝子が変わってヒトからヒトに感染するタイプになる可能性が危惧されています。

この新型ウィルスには殆どの方がウィルスに対する防御システム（抗体（こうたい）といいます）を盛っていないので、もし流行した場合、爆発的に世界中で大流行すると考えられています。新型インフルエンザの報道があったら注意するようにしましょう。

【インフルエンザにかかった時の異常行動について】

インフルエンザにかかったら、異常行動をおこすことがあります。お子さんや未成年者の方にその可能性があります。これらの年代の方がインフルエンザにかかったら、インフルエンザと診断されて治療が開始された後は、少なくとも2日間は保護者などの方がお子さんや未成年者の方一人にならないように注意することが大切です。

【インフルエンザの治療薬、タミフルについて】

タミフルをのんだ10才台の方が転落などにより亡くなっています。10才以上の未成年者では、抵抗力が強いので、タミフルをのむことは控えるようにしましょう。

いびきや無呼吸がある方、注目！自宅での検査や治療が可能

睡眠時無呼吸症候群

この病気のコワイところ

- ・寝不足からの病気（高血圧や心臓病）や**注意力低下による交通事故**を起こしやすいです。

当院の検査や治療のメリット

- ・**自宅で検査や治療が可能**です。病院へ通院する必要はありません。
- ・治療には月1回の通院が必要ですが、**できるだけお待たせしないシステムを導入**。

〈ご注意いただきたいこと〉

- ・いびきがひどくても無呼吸が少ない方もおられます。検査結果を踏まえて患者さんに一番あった治療方針を提案させていただきます。

