# しっかり予防 冬の感染症

全国的にも流行し始めた感染性胃腸炎やインフルエンザ。県内でも、ノロウイルスによる感染性胃腸炎は11月下旬に警報レベルに達しており、インフルエンザについてもこれから流行する可能性があります。

それぞれの症状や予防方法を正しく理解し、この冬を健康に乗り切りましょう。

## 大半がノロウイルスによる この時期の感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は、さまざまな細菌、ウイルス、寄生虫が原因でおこる感染症です。年間を通して患者の報告がありますが、例年初冬から増加し始め12月ごろにピークを迎えます。12月ごろのピークは大半が「ノロウイルス」によるものです。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎はほとんどが経口感染で、患者のノロウイルスが大量に含まれるふん便やおう吐物から、人の手などを介して感染します。

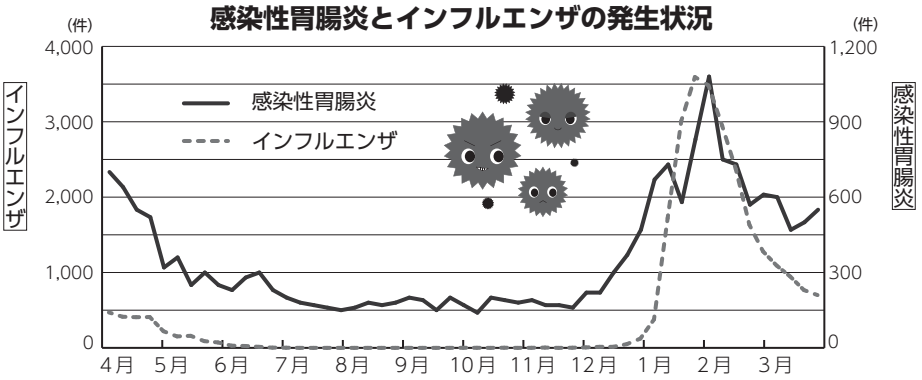
ノロウイルスの潜伏期間(感染から発症までの時間)は24～48時間で、下痢やおう吐、腹痛などの症状が出ます。通常1～2日で回復しますが、乳幼児や高齢者などは脱水症状を起こしたり、吐いた物を誤嚥(ごえん)(食べ物や異物を気管内に飲み込んでしまうこと)し、肺炎を起こしたりすることがあるので注意が必要です。現在のところ有効な薬やワクチンはありません。

## 感染力が強い インフルエンザ

一方、インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。主な感染経路は、患者の咳(せき)やくしゃみからウイルスを含んだ小さな水滴(飛まつ)を浴びることにより感染する「飛まつ感染」です。潜伏期間は、早くて24時間後、遅い場合は4～5日ほどで、長くても最大7日後には症状が現れるといわれます。

発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が突然現れ、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。これらの症状は通常2～3日続きますが、5日を超えることもあります。乳幼児ではまれに急性脳症を、高齢者などでは肺炎を伴うなど、重症化することがあります。

強力な感染力があり、いったん流行すると、年齢や性別を問わず、多くの人に短期間で感染が広がります。日本では毎年11月～4月に流行が見られます。




資料提供：県健康危機管理課(H23年4月～H24年3月)

左のグラフは、県内の昨年度の感染性胃腸炎とインフルエンザの発生状況を示したグラフです。インフルエンザは1月から3月にかけて急激に感染者が増加します。これに対し感染性胃腸炎は、1年を通じて発生が見られますが、12月から1月にかけてピークを迎えます。