

ひらく会報

編集

平成31年2月
一般社団法人
枚方市薬剤師会
広報委員会
枚方市禁野本町
2丁目13-13

Tel: 072-840-9400

Fax: 072-840-0137

<http://www.okusuri-hirakata.jp/>

インフルエンザに
注意!!



今年もいよいよインフルエンザの流行期を迎えています。

インフルエンザとはインフルエンザウイルスによって引き起こされる急性ウイルス性疾患です。例年十一月頃より徐々に患者が増え始め一月頃にピークに達し四月頃に収束する傾向があります。

インフルエンザは、病原体を含む飛沫を吸入する飛沫感染と、手指に付着した病原体を食事などで取り込む接触感染等により感染します。

感染し発症すると急激な高熱、悪寒、関節痛、全身倦怠感など強い全身症状が見られることが特徴です。

治療薬としては、二〇〇一年に抗インフルエンザウイルス薬として発売されたノイラミニダーゼ阻害薬が主流になっています。

ノイラミニダーゼ阻害薬は細胞内で増殖したウイルスの放出を抑制させるお薬で現在は

・オセルタミビル塩酸塩
(タミフル他)

一日一回 五日間 内服



・ザナミビル水和物
(リレンザ)

一日一回 五日間 吸入



・ラニナミビルオクタン酸エステル水和物 (イナビル)

一日一回 単回吸入



・ペラミビル水和物 (ラピアクタ)

一日一回 単回点滴

等があります。

また、平成三十年三月には違う

作用機序の抗インフルエンザウイルス薬が発売になりました。

・バロキサビルマルボキシル製剤
(ゾフルザ)

一日一回 単回内服



このお薬はウイルスのmRNAの合成を阻害し増殖抑制作用を発揮します。

経口投与、吸入、点滴など投与経路(剤形)が違ったり、一回だけの投与、また五日間の投与など使用法が異なるので年齢や個人の状態に合わせて薬剤を選択することが大切です。

インフルエンザウイルスは感染から発症までの潜伏期間は、四〜四八時間と短く、症状発現後四八時間以内に増殖がピークに達することから抗インフルエンザウイルス薬は四八時間以内に投与を開始した方が効果が高いとされています。

す。

しかし抗インフルエンザウイルス薬の服用の有無又は種類にかかわらずインフルエンザ罹患時には異常行動を発現した例も報告されていますので医師、薬剤師の指導を守って治療を行ってください。

また、解熱剤の使用についてはアセトアミノフェン製剤(カロナール他)が安全であると言われていきます。医師の指示による薬剤以外例えば家にある解熱剤を使う時は自己判断せずに医師や薬剤師にご相談ください。



抗インフルエンザウイルス薬により早期に症状が軽減したり、罹患期間の短縮が見られるようになりました。しかし、熱が下がっても体内のウイルスがすぐにいなくなるわけではありません。

症状が改善したからと言ってお

薬の服用を途中でやめることで体内に残っているウイルスが周りの人に感染する可能性があり、耐性ウイルスの発生にもつながります。学校保健安全法で幼児・児童・生徒・学生は発症後五日を経過かつ解熱後が二日(幼児は三日)を経過するまで出席停止となっています。

大人の方も熱が下がった後も最低二日は自宅で療養しましょう。

また、罹患率の低下、重症化の回避の為に不活化ワクチンの接種、手洗い、うがい、アルコール消毒は有効です。日々の予防を心がけましょう。

(金田 右季)



熱中症と経口補水液

昨年の夏は記録的な猛暑が続き、全国各地で、熱中症と思われる方が多数救急搬送されました。



熱中症とは、高温環境下で生じる健康障害の総称です。

体内の水分や塩分などの欠乏により、体温調節が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、けいれんや意識障害などの症状が起ります。

『熱中症の分類と病態』
重症度に応じてⅠ度からⅢ度まであります。

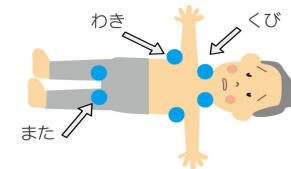
Ⅲ度	Ⅱ度	Ⅰ度
意識障害、けいれん、運動障害が起る。	頭痛、吐き気、嘔吐。体のだるさ（倦怠感・虚脱感）が出現。	めまい、立ちくらみがある。筋肉痛やむくみ返りがある。拭いても拭いても汗が出てくる。

熱中症の六〇％はⅠ度です。体温が上昇するのはⅡ度以上で症状が重篤になります。体温が上昇しないⅠ度の段階で対処することが大切です。

【Ⅰ度の対処法】

涼しいところに移動し、安静にして身体を冷やす。

水分・塩分を補給します。（経口補水液）



【Ⅱ度の対処法】

Ⅰ度の対応を続け、誰かが見守り、症状が改善しなければ病院を受診しましょう。

【Ⅲ度の対処法】

Ⅰ度、Ⅱ度の対応をしながら、すぐに救急車を呼び病院を受診しましょう。



『熱中症の予防』

【こまめに水分補給して欲しい】
室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給しましょう。

【暑さを避けてください】

できるだけ風通しのよい日陰など、涼しい場所で過ごしましょう。



【服装にも工夫をしましょう】

吸水性に優れた素材を選び、白色系の素材がよいでしょう。襟元はなるべく緩めて通気しましょう。



『水分補給について』

のどの渇きを感じる前から補給することが大切です。汗をかくことにより、水分と塩分が失われて脱水状態になります。それを補うために水だけを飲むと身体の塩分が薄まってしまいます。脱水状態の時は、水分だけでなく塩分も摂取することが必要です。

〈経口補水液〉

経口補水液とは、水と塩分を速やかに吸収・補給できるよう、塩分と糖分の量を調整した飲料です。

脱水症状や下痢の場合、大腸で水分吸収などができず、さらにイオンの流出も起こることが多いといわれています。ところが、小腸でナトリウムイオンとブドウ糖が吸収される際、これに伴って水も吸収される仕組みが発見され、糖と食塩を同時に与えれば、通常の水分吸収を担う大腸ではなく、小腸から水分と栄養分を補給できることが分かり、これが経口補水液の発明につながりました。

【家庭でできる経口補水液】



水：1ℓ
塩：3g（小さじ1）
砂糖：20～40g（大さじ2～4 1/2）
レモン等：適宜
全てを混ぜ合わせて完成！

経口補水液は、コレラなどの脱水症状に対して、まわりの人がスプーンなどで与えるだけで特効薬的に救命効果があり、発展途上国などで急速に普及しました。

〈スポーツドリンクとの違い〉
一般的にスポーツドリンクは、経口補水液よりも電解質濃度が低く、糖質濃度が高くなっています。通常の水分補給であれば、スポーツドリンクでも十分ですが、下痢や嘔吐、発熱、激しい発汗などの脱水状態では、経口補水液の方が適しています。

熱中症や下痢・嘔吐で水分と塩分が失われた場合、速やかに経口保水液等で水分・塩分を補給して重症化しないようにしましょう。

（金本 哲一）

