



うがいの習慣



マスクの着用



家に帰ったら手洗い

今年もまたインフルエンザの季節がやってきました。インフルエンザはインフルエンザウイルスの感染によって引き起こされる感染症です。せきやくしゃみによって人から人へうつるだけでなく、ウイルスの付いた環境表面を手でさわったり、その手で目をこすったり鼻をいじったりしても感染します。そのため予防には

「高齢者のインフルエンザ」



山本組合総合病院
呼吸器内科

金田 浩人

マスクや手洗いが必要になります。

インフルエンザはおもにA型とB型があり、A型がB型より症状が強いです。鼻や喉の奥をぐりぐりする検査で診断がつかず、高熱、頭痛、筋肉痛、関節痛などの症状がみられます。治療は安静にして水分を十分とれば数日で快方に向かいますが、解熱薬や抗インフルエンザ薬を使用する場合もあります。

ただし、高齢者がインフルエンザにかかったときは注意が必要になってきます。

高齢者は高熱が出ると食欲がなくなり、脱水になります。その下がりにくくなります。そのため体力が低下し肺炎を起こしやすいくなります。持病をもっている高齢者は持病が悪化する原因にもなります。また、自分で水分が取れない経腸栄養（流動食）の人や認知

症のある人は症状を自覚しにくいいため、特に注意が必要です。

そのため、高齢者は毎年インフルエンザワクチンを接種することがすすめられています。症状をやわらげるだけでなく、ほかの人にうつしにく



くなります。施設などで集団生活している人は必ずワクチンを接種しましょう。

家族や施設の方は、高齢者が高熱を出しインフルエンザが疑われたら、早めに医療機関を受診させましょう。インフルエンザにかかり熱が長く続く場合や、一度熱が下がり



インフルエンザワクチンは、接種してから免疫ができるまで約2週間かかり、約5か月間効果が持続するとされています。

再び熱が上がる場合、あるいは咳や色のついた痰が出るようになった場合は、肺炎を起こしている可能性があります。もう一度医療機関を受診させてください。

インフルエンザ対策を万全にして、寒い冬をのりきり、よい新年を迎えましょう。

