

# インフルエンザの話

## 「インフルエンザ」と「普通のかぜ」の違いについて

「インフルエンザ」は「普通のかぜ」の症状の重いものと思っはいませんか？ 「普通のかぜ」は、のどの痛み、鼻汁、くしゃみやせきなどが中心で、全身症状はあまり見られず熱も高くなく、重症化することはほとんどありません。

一方、「インフルエンザ」は、のどの痛み、鼻汁などの症状に併せて突然の高熱（38℃以上）、悪寒、関節痛、筋肉痛、倦怠感など全身の症状が強くなります。とくに高齢者、呼吸器や心臓などに慢性の病気を持つ人、並びに小児では、気管支炎、肺炎、熱性けいれんなどを併発するなど重症化しやすく、まれに急性脳症を起こし、最悪の場合には死に至ることがあります。

このように「インフルエンザ」は「普通のかぜ」とはまったく違う病気で、個人や社会に与える影響が多めで、いまだ人類に残された最大級の疫病といえます。

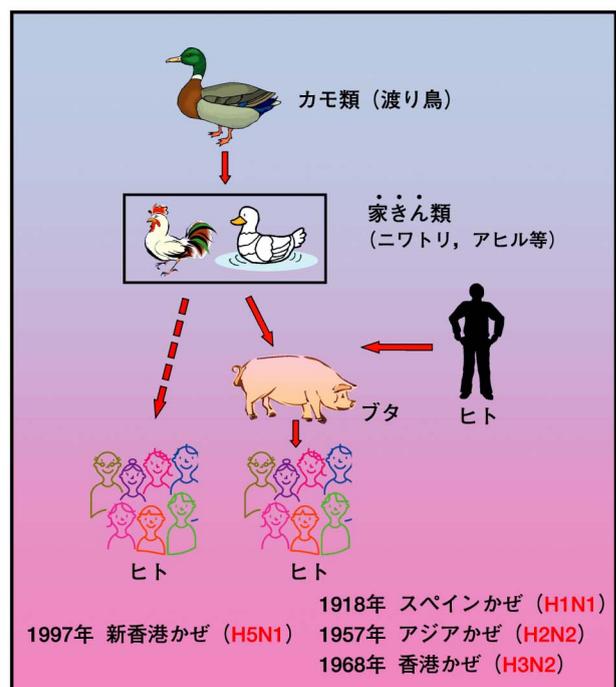
## インフルエンザウイルスは何種類？

インフルエンザウイルスにはA, B, Cの3つの型があり、ヒトでよく流行するのはAソ連（H1N1）型ウイルス、A香港（H3N2）型ウイルス、B型ウイルスの3種類です。

A型とB型のウイルスの粒子表面には、ヘマグルチニン（HA）とノイラミニダーゼ（NA）という蛋白質でできた突起があり、その突起が鼻やのどの粘膜にとりついて感染を起こします。とくにA型では、HAにはH1～H15の型、NAにはN1～N9の型があり、これらの様々な組み合わせを持ったウイルスが、ヒト以外にもブタやトリなどを宿主として広く分布しています。その中には「人獣共通感染症」として注目されているものがあります。

## 「新型インフルエンザ」登場の仕組み

過去に発生した「新型インフルエンザ」の場合、図に示すような感染経路が知られています。渡り鳥のカモ類がふだんから持っているA型インフルエンザウイルスが、ニワトリやアヒル等の家きん類に流行し、ブタに感染します。さらに、ヒトのインフルエンザウイルスも同時にブタに感染すると、ブタの体内で異なった2種類のウイルスの遺伝子が交ざり合って、新しいインフルエンザウイルスが出現します。それがブタからヒトに感染し、さらにヒトからヒトへ感染が広がり、1918年のスペインかぜ [A (H1N1) 型]、1957年のアジアかぜ [A (H2N2) 型]、1968年の香港かぜ [A (H3N2) 型] などの新型インフルエンザが発生し、数万人から



数千万人が犠牲となる大流行をおこしました。

また、1997年に香港でヒトに出現した高病原性鳥インフルエンザウイルス〔A(H5N1)型〕は、過去に「新型インフルエンザ」が誕生したと考えられている経路と異なり、ニワトリやアヒル等の家きんから高病原性鳥インフルエンザウイルス〔A(H5N1)型〕が直接ヒトに感染し死亡者も出ましたが、ヒトからヒトへの感染はありませんでした。感染源を断つために市場のすべての家きんが処分され、その後の発生は抑えられました。さらに、2004年1月に東南アジアにおいて死亡者が報告された感染例では、高病原性鳥インフルエンザウイルス〔A(H5N1)型〕のヒトからヒトへの感染が起りましたが、幸い大きな流行には至りませんでした。これらのウイルスに対してはヒトはまだ免疫を持っていないため、世界的大流行を起こす感染性の高い「新型インフルエンザ」の誕生が危惧されています。今後とも、引き続き監視を強化していくことが必要です。

### インフルエンザウイルスをつかまえる

インフルエンザウイルスは、患者さんののどの粘膜をぬぐい取り、これを生きた細胞に植え付けてウイルスを増やしてから何型であるかを検査しますが、その型を決定するのに約1～2週間を必要とします。ウイルスの変異を調べるためには、不可欠で重要な検査です。

また、PCR法と呼ばれる方法で遺伝子学的にウイルスの型を決定する方法や、簡便で迅速なインフルエンザ診断キットが開発され利用されるようになりました。

現在では、インフルエンザにかかった時の治療として、ウイルスに直接働きかけて増殖を阻害する「抗ウイルス薬」が用いられ、早い時期（48時間以内）だと極めて有効であるため、迅速な診断は治療に大変役立っています。

### インフルエンザにかからないために

インフルエンザウイルスは、ウイルス自身が生きのびていくために常に変異を繰り返しているため、次のシーズンに何型が流行するのかを正確に予測することはとても難しいことです。

インフルエンザワクチンは、毎年、有効性などが総合的に検討されて造られています。インフルエンザ予防の基本は、流行前にワクチン接種を受けることです。現在のインフルエンザワクチンはウイルスの感染や発症そのものを完全には防ぐことはできませんが、重症化や合併症の発生を予防する効果は証明されています。とくに高齢の方（65歳以上）や慢性の病気を持った方、6箇月から24箇月未満の乳幼児などは、医師とよく相談しワクチン接種を受けることをお勧めします。

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人のせき、くしゃみ、つばなどの飛沫と共に放出されたウイルスを、鼻やのどに吸入することによって感染します。インフルエンザの流行時期は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。外出時にはマスクを利用したり、室内では加湿器などを使って適度な湿度（50～60%）を保ちましょう。常日ごろからバランスの良い食事を摂ることも大切です。また、帰宅時のうがい、手洗いはかぜの予防に大変有効ですので併せてお勧めします。

この時期、「かぜ」かなと思ったら、早めに医療機関を受診しましょう。