

インフルエンザとは？

- 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呼吸器感染症
- A型のインフルエンザは、ウイルスの抗原性が小さく変化しながら毎年世界中で流行
- B型インフルエンザは、A型のように毎年の抗原変異は起こらない

(参考) 新型インフルエンザは、A型・B型インフルエンザと抗原性が大きく異なるウイルス

インフルエンザの症状

- 38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等の症状が比較的急速に現れる
- 併せて一般の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳等の症状も見られる
- お子様はまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力の低下している方は肺炎を伴う等、重症化することがある



◆「インフルエンザ」と「風邪」の症状等の違い

	インフルエンザ	風邪
症状	高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、のどの痛み、咳、鼻水など	のどの痛み、鼻水、鼻づまり、くしゃみ、咳、発熱（高齢者では高熱でないこともある）
発症	急激	比較的ゆっくり
症状の部位	強い倦怠感など全身症状	鼻、のどなど局所的

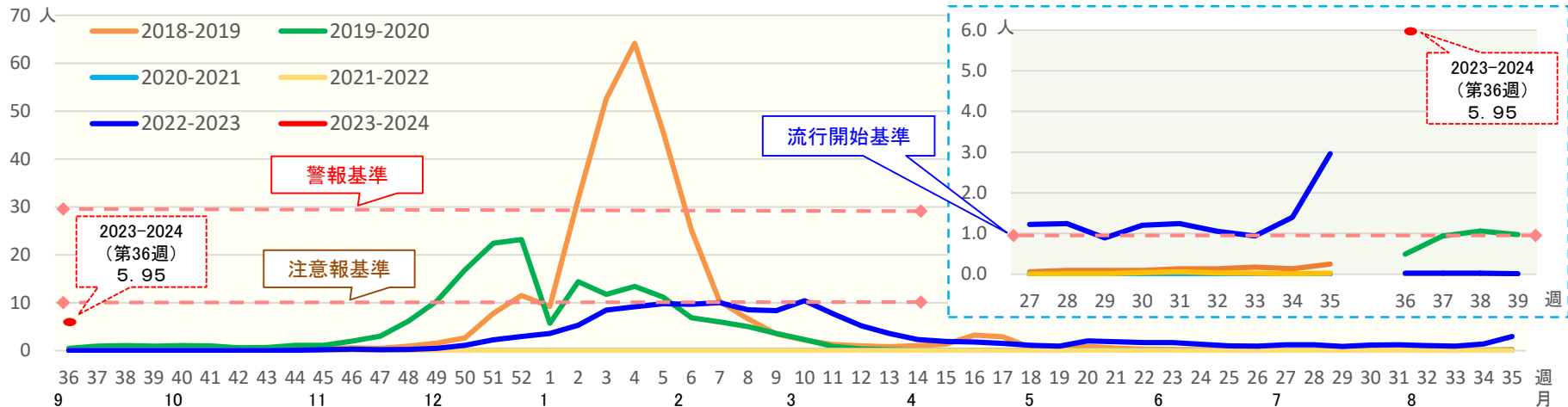
インフルエンザの流行時期等

- 日本では、例年12月～3月が流行シーズン
- インフルエンザは流行が始まると、短期間で多くの人に感染が拡大

インフルエンザ - 都内の感染状況 -

参照: 東京都感染症情報センターホームページ

都内定点医療機関あたりの患者報告数



- インフルエンザは、流行時期に合わせ、第36週から翌年の第35週までの1年間をインフルエンザシーズンとして発生動向を調査
- 2023-2024年シーズンは、2023年9月4日が起点
- 昨シーズンから散発的にインフルエンザが発生しており、今シーズン開始直後の第36週(9月4日から9月10日まで)の都内定点医療機関からの報告数は5.95
- 流行開始の目安である「定点あたり1.0人」を超える状況が継続しており、直近では増加傾向

インフルエンザにかからない、感染を広げないために

基本的な感染防止対策を心がけてください!

インフルエンザ - 予防とワクチン接種 -

インフルエンザの予防

インフルエンザを予防する有効な方法

① 手洗い・うがい・消毒

・感染対策の基本です

② 十分な休養とバランスの取れた栄養摂取

・体の抵抗力を高めましょう

③ 人混みや繁華街への外出を控える

・マスクの着用が効果的な場面では、着用を推奨
・インフルエンザウイルスにはアルコール消毒も効果あり

④ 適度な湿度の保持

・空気が乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下

⑤ こまめな換気

・新型コロナ対策でも換気は重要

⑥ インフルエンザワクチン接種

予防接種法に基づき高齢者等は定期接種の対象

・感染後に発症する可能性の低減
・発症した場合の重症化防止に有効

インフルエンザに関する情報

(東京都感染症情報センター)

【リンク先】

<https://idsc.tmph.metro.tokyo.lg.jp/diseases/flu/flu/>



インフルエンザワクチン接種

- 高齢者等を対象とする定期接種は、多くの自治体で10月頃に接種を開始
- 予診票配布の時期や接種可能な医療機関等の情報は、お住まいの自治体にお問い合わせください

<ワクチンの供給量>

- ① 令和5年度のワクチン供給量は3,121万本、通常年の使用量を十分に賄える見込み
- ② 9月末時点で年度内の供給量の半数超の約1,660万本(成人では約3,320万回分)が出荷される予定

<2023/24シーズンのインフルエンザワクチン>

今シーズンは、以下の混合4価ワクチンが使用されます

A型(H1N1)	A/ビクトリア/4897/2022
A型(H3N2)	A/ダーウィン/9/2021
B型(ビクトリア系統)	B/オーストリア/1359417/2021
B型(山形系統)	B/プーケット/3073/2013

インフルエンザ - 感染時の対策等 -

感染した場合の対策等

- インフルエンザを疑う症状があり
具合が悪い場合は、**早めに医療
機関を受診**しましょう
- 感染拡大防止のため、**医療機関に
事前に連絡し、受診できる時間帯や
受診方法の指示**を受けてください

対策のポイント

- ① 安静にして休養をとりましょう
- ② 水分を十分に補給しましょう
- ③ 熱が下がってから2日目までは受診以外の
外出は控えましょう
- ④ 咳エチケットや手洗いを行いましょう

【注意】

- ・ 小児、未成年者がインフルエンザに罹患すると、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする等の異常行動を起こすことがある
- ・ インフルエンザと診断され、治療開始後最低2日間は、小児・未成年者が一人にならないことが大切

家庭でインフルエンザ患者を看護するときの注意点 看護するときのポイント 他

家庭でインフルエンザ患者を看護するときの注意点

感染を広げないために気をつけること

インフルエンザの 感染経路は？

- インフルエンザの感染経路は、飛沫（ひまつ）感染と接触感染です
予防のためには、咳エチケットや手洗い・消毒が効果的です。

飛沫感染

- ☑ 感染した人の咳やくしゃみのしぶき（飛沫）に含まれるウイルスを吸い込むことによる感染です。
- ☑ 予防するには、咳やくしゃみが直接人にかからないよう、マスクやティッシュ等で口と鼻を防ぐ等の「咳エチケット」が効果的です。



接触感染

- ☑ ウイルスの付着した手で、目・口・鼻を触ることによる感染です。
- ☑ 予防するには、手洗い・消毒が効果的です。



看護する時に 心がける 7つのポイント

- ① 看護する人を決めましょう
 - 可能であれば、看護する人を一人決めましょう。
 - 他の家族は患者さんと不必要に接触しないようにしましょう。
- ② 看護する時は、使い捨てのマスクや手袋を着用しましょう
 - 患者さんを看護する時は、不織布製の使い捨てマスクを着用しましょう。また、嘔吐物など汚染物を処理する時は、手袋も着用しましょう。
- ③ 患者さんが休養する環境を整えましょう
 - 家族やまわりの方につづさないよう、患者さんではできるだけ個室で休養し、不要不急の外出や面会は控えてもらいましょう。
 - 患者さんには不織布製の使い捨てマスクを着用してもらいましょう。マスクは一日一枚程度、交換しましょう。
 - 患者さんの近くにゴミ箱を置き、鼻水や痰のついたティッシュなどをすぐにゴミ箱に捨てられるようにしましょう。
 - 患者さんが使うタオルやコップなどは、他の家族と分けましょう。



インフルエンザの患者さんの体調管理について

- 十分に睡眠をとり、安静に過ごすことが大切です。
- 次の症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。
 - ・ けいれんしたり呼びかけにこたえない
 - ・ 呼吸困難、苦しそう
 - ・ 嘔吐や下痢が続いている
 - ・ 症状が急引いて悪化してきた
- 高熱による脱水症状を防ぐため、こまめに水分を補給しましょう。



【リーフレットの詳細は以下のリンクをご確認ください】

<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kansen/influ.files/kango.pdf>



結核（2類感染症）

「長引く咳は赤信号」 2週間以上続く咳は「結核」かもしれません！
結核予防週間：毎年 9月24日～30日

結核とは

出典：東京都感染症情報センターホームページ

- 結核菌による感染症（感染症法により2類感染症に分類）
診断した医師は直ちに最寄りの保健所に届け出ることが義務付け
- 結核を発病して排菌している人が咳やくしゃみをしたときに、結核菌を含んだ飛沫が周囲に拡散し、その周りの水分が蒸発した状態（飛沫核）のものを吸い込むことによって感染（空気感染）

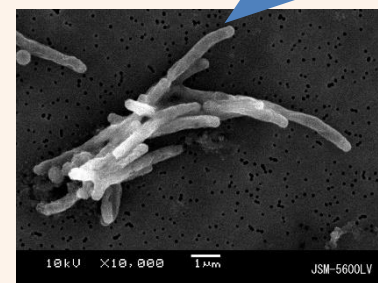
感染した場合の主な症状等

【潜伏期間】

- ・ 一般的に半年から2年

【症状】

- ・ 咳・痰・微熱などの症状が出現
- ・ 血痰、食欲低下、体重減少等がみられる場合もある
- ・ 治療をせずに症状が進むと、肺の病変が拡大し、呼吸困難に陥ることがある
- ・ 骨や腸管、腎臓などの肺以外の臓器にも病巣を作ることがある

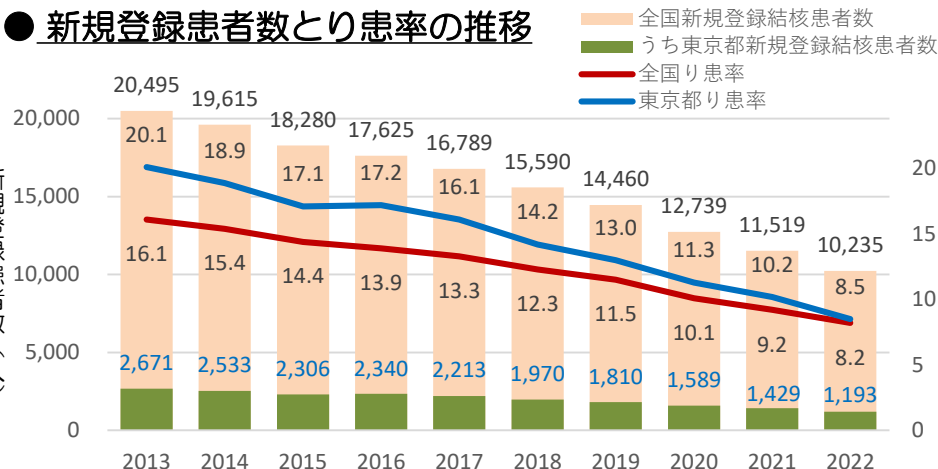


結核 - 感染状況等 -

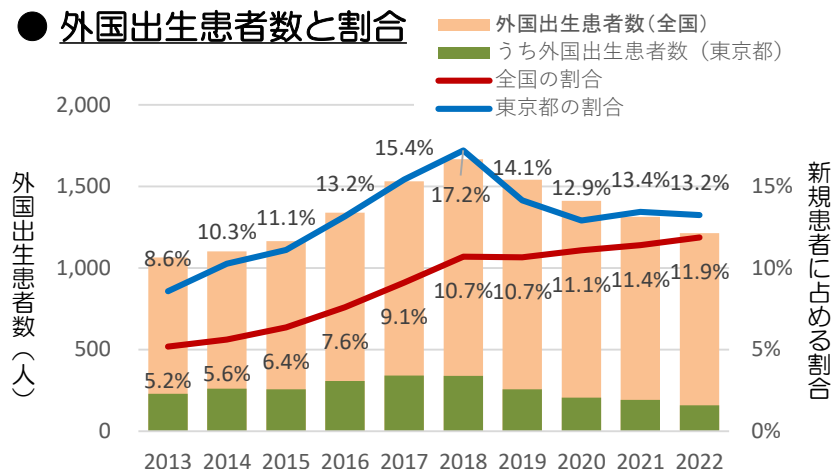
出典:結核登録者情報調査年報集計結果(厚生労働省) 他

結核感染者の状況

● 新規登録患者数とり患率の推移

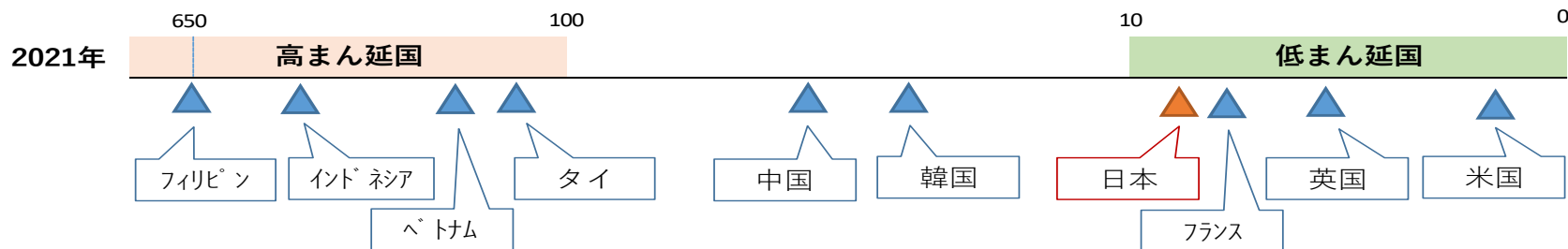


● 外国出生患者数と割合



● 主な国のり患率(2021年)

り患率:人口10万人あたりの患者数(100以上:高まん延 10未満:低まん延 と定義)



- 結核の新規登録患者数は年々減少しているが、年間1万人以上が感染
- 国内では、新規患者に占める外国出生患者の割合が増加傾向
- 日本のり患率は2021年に低まん延となったが、欧米よりは高い水準

⇒ 海外との往来の活発化による感染機会の拡大

「結核は過去の病気ではない」

結核 - 予防・対策 -

結核の予防

出典：東京都感染症情報センターホームページ

【予防のポイント】 ① 予防接種 ② 咳エチケット ③ 定期健診

① 予防接種を受けましょう

- ・ 乳幼児が感染した場合の重症化予防を目的にBCGの予防接種を実施
- ・ 1歳になるまでに接種を受けましょう

② 咳エチケットを心がけましょう

- ・ 咳やくしゃみをするときは、ティッシュやマスク等を口と鼻にあて、他の人に直接飛沫がかからないようにしましょう



③ 定期健診を受けましょう

- ・ 疾患の早期発見のために胸部X線検査を年に1回程度受けることが大切
- ・ 学校・職場検診等の機会のない方は、お住いの「区市町村」にお問い合わせください



結核の対策

咳が2週間以上続く場合は、医療機関を受診しましょう！



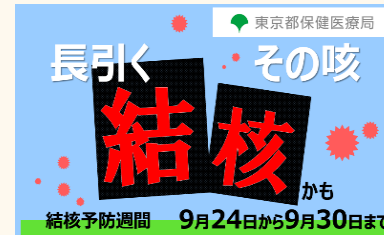
※ 結核の患者さんに接触し不安のある方は、お住いの地域の「保健所」にご相談ください

結核 - 結核予防週間(9/24~9/30)における都の取組 -

普及啓発

● 啓発画像の放映

- 新宿駅西口、都庁第一本庁舎
9月15日(金)から30日(土)まで




● 無料検診の実施・啓発グッズの配布

- 秋葉原UDXサボニウス広場(秋葉原駅徒歩3分)
9月23日(土) 13:00~16:00 (公益財団法人東京都結核予防会との共催)

● 結核予防運動シンボルカラー(赤色)でのライトアップ

- ①都庁第一本庁舎
9月24日(日)から30日(土)まで 18:30~22:00
- ②隅田川に架かる10橋梁
9月24日(日) 日没15分後~22:00
- ③臨海副都心エリア(東京ビッグサイト、自由の女神像 他)
9月24日(日) 各施設等の点灯時間による

※ 結核のシンボルカラー(赤色)は、世界共通の結核予防運動のシンボルマークである「複十字」のイメージカラー



● 普及啓発ポスター



公益財団法人 結核予防会 作成

● 結核2023

東京都の結核に関する情報をまとめています。
詳しくは「結核2023」
リンク先をご覧ください。



【リンク先】
<https://idsc.tmiph.metro.tokyo.lg.jp/assets/diseases/Tb/kekaku2023.pdf>



結核に関する情報
(東京都感染症情報センター)

【リンク先】
<https://idsc.tmiph.metro.tokyo.lg.jp/diseases/tb/>

