

新型インフルエンザに対処するために

上富良野町役場保健福祉課
電話 45-6987

新型インフルエンザとは

インフルエンザA（豚インフルエンザH1N1）の強毒型への変異

インフルエンザの中、A型のウイルスはヒトだけでなく、鳥や豚、馬、鯨などの他の動物に感染します。通常はヒトからヒトへというように同種の間で感染し、ヒトが他の動物のインフルエンザにかかることはほとんどありません。

しかし、インフルエンザウイルスの遺伝子情報が子のウイルスにコピーされる時に、遺伝子情報が変更され性質が変わる（変異する）ことがあります。変異によって、これまでヒトに感染しなかったインフルエンザウイルスがヒトへ感染するようになり、さらに、ヒトからヒトへ感染するウイルスが現われる場合があります。このようにして、ヒトからヒトへ感染する新しいインフルエンザが出現した場合を、「新型インフルエンザ」といいます。

現在は、弱毒性ですが、ヒト・ヒト感染が続けば、過去に大流行を引き起こしたスペイン型インフルエンザのように強毒性のウイルスに変化する恐れもあると一部の専門家は懸念しています。

症状

症状は呼吸器に限定して現れ、**熱や倦怠感、咳、食欲不振**などが**主な症状**です。鼻水やのどの痛み、吐き気、下痢などを併発する人もいます。

弱毒性ではありますが、世界的でほとんどの人が免疫を持たず、また変異が急速に起きる可能性もあるので、警戒していく必要があります。

感染経路

感染経路も季節性のインフルエンザと同じです。感染者の咳やくしゃみに含まれるインフルエンザウイルスの**飛沫からの感染**が主な感染経路となります。ウイルスが付着した手で口や鼻を触ることで感染することもあります。

豚肉や豚肉の加工品を食べても、感染することはありません。万が一ウイルスが豚肉に付着していても、ウイルスは熱に弱く、十分加熱（中心温度が71℃以上）することで死滅すると考えられています。

マスク

熱、咳、くしゃみなどの症状のある人には、必ずマスクを着けてもらいましょう。またこのような症状の人と、どうしても会わなければならない時には、マスクを着けることが大事です。

1日1枚の使い捨て

感染を防ぐためには、1日1枚の使い捨てです。洗濯したり、消毒したりすることは勧められません。感染発生に備え、1人20～25枚を用意しましょう。

マスクを外した後、廃棄後は手洗い

咳エチケットを守りましょう



咳・くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻をおおい、他の人から顔をそむけ、**1～2メートル以上離れる。**

咳やくしゃみを押さえた手、鼻をかんだ**手はすぐに洗ってください。**

鼻汁・痰などを含んだティッシュを**すぐにふた付きのゴミ箱に捨てられる環境を整える。**

感染の拡大防止に有効なのは「不織布製マスク」

不織布製マスクの取り扱い



手洗い

こんなときに

帰宅後

不特定多数の人が触れるようなものに触れた後、咳やくしゃみ、鼻をかんだマスクを外した後など

速乾性擦式消毒用アルコール製剤（アルコール分60～80％）を使えば、ウイルスは完全に死滅します。すぐに乾くためタオルや水も必要なく、簡単に使用できます。



うがい

外出から帰った後や、のどに不快感や炎症があるときは、うがいをしましょう。

その他

人ごみはなるべく避けましょう。旅行や出張は控えましょう。



感染をしない、させないために