

# 新型インフルエンザ対策 (A/H1N1)

感染しない 感染してもひどくならないために

## ぜんそく

などの呼吸器疾患のある人へ

このパンフレットは、ぜんそくなどの呼吸器疾患のある人や周囲の人が、新型インフルエンザ(A/H1N1)の予防や受診に必要な情報を共有するために作成しました。

### 感染力が強く、世界中で流行

新型インフルエンザ(A/H1N1)は、2009年春に最初の感染が確認され、現在、日本国内で本格的な流行を迎えています。このインフルエンザは動物由来のウイルスが変異し、ヒトからヒトへと容易に感染するようになったものです。毎年流行する季節性インフルエンザとの違いは、新型のウイルスで私たちが体内に免疫を持っていないため、感染しやすいことです。

この新型インフルエンザには、鳥インフルエンザ(H5N1)で予測されたような高い病原性はいまのところみられません。しかし、短期間のうちに世界的流行

となったことからわかるように、強い感染力があると考えられています。

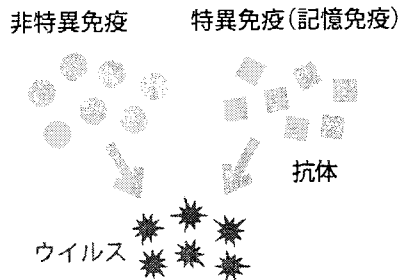
感染者が増えれば、それにとまって重症患者の増加が心配されます。特に、ぜんそくなどの呼吸器疾患のある人は重症になりやすいといわれています。そのため十分な予防と観察が必要です。

かかり始めの症状は、発熱や体のだるさ、鼻汁、せき、のどの痛みなど、季節性インフルエンザと見分けが付きません。これらの症状がみられたら、すぐにかかりつけの医師に相談するなど早めに対処をしましょう。

<インフルエンザと闘う体内の免疫機構のしくみ> (イメージ図)

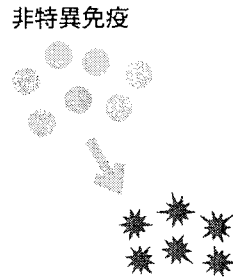
非特異免疫……生物が異物を排除するためにもともと持っている免疫機構  
特異免疫(記憶免疫)……過去の感染やワクチンから後天的にできる免疫機構(抗体)

#### 季節性インフルエンザ



従来の季節性インフルエンザに対しては体内の免疫で闘うことができる。抗体があるため、かかっても軽くすむことが多い。

#### 新型インフルエンザ



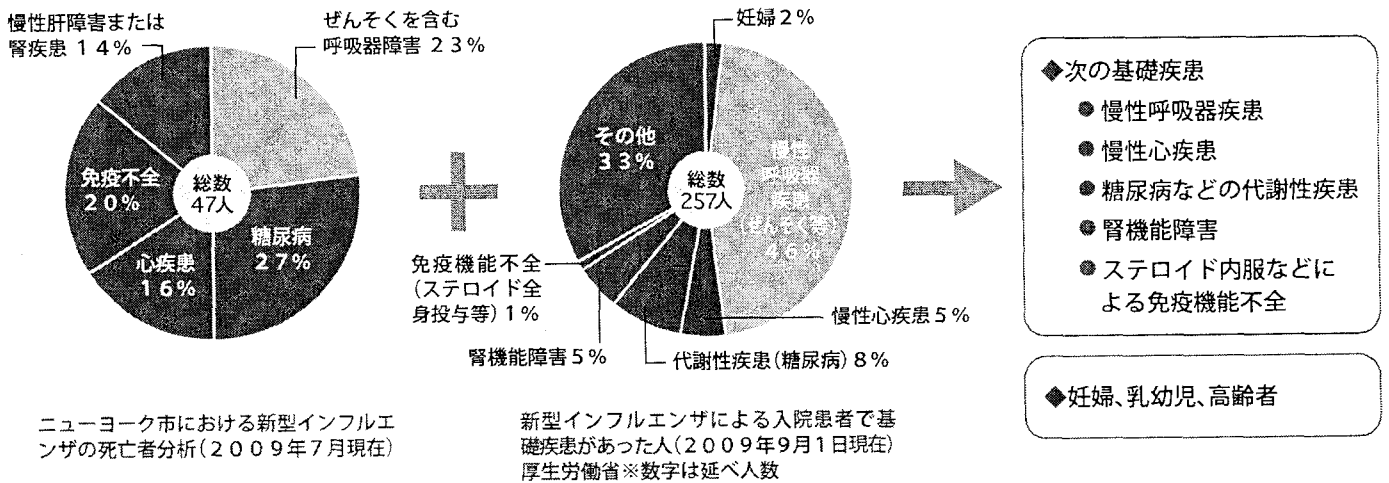
新型インフルエンザは特異免疫が働かず、非特異免疫だけで対応する。抗体がないため、非常に感染しやすい。

# ぜんそくを含む呼吸器疾患はインフルエンザが重症になりやすい

下の図に示すように、厚生労働省から発表された9月1日(2009年)現在のデータでは、新型インフルエンザによる入院患者で、基礎疾患があった人の半数近くが、ぜんそくを含む慢性呼吸器疾患のある人でした。また、ニューヨーク市における事例では、インフルエンザによる死亡者数の約1/4が、ぜんそくを含む呼吸器疾患のある人です。

その理由はまだはっきりとわかっていません。しかし、こうしたデータにより、国内でも、ぜんそくなどの呼吸器疾患は、インフルエンザ重症化のリスクが高い基礎疾患の一つと考えられています。

ニューヨーク市における死亡者分析と、国内でのこれまでの事例から、インフルエンザが重症化しやすい人たちがわかってきています。



## 日頃のぜんそくのコントロールが大切です

ぜんそくなどの呼吸器疾患のある人は、空気の通り道である気道と肺に慢性的な炎症があります。新型インフルエンザに感染すると、インフルエンザの症状が進むとともに、ぜんそくの発作や呼吸困難も起こりやすくなり、それによって気道や肺の状態がさらに悪くなって、症状が重くなりやすいのです。

うがいや手洗いなど基本的なインフルエンザ予防

と同時に、重症化を防ぐためには、慢性的な炎症を放置せず、ぜんそくのコントロールをしっかり行い、発作を起こさない状態を保つことがとても大切です。

かかりつけ医を定期的に受診しながら吸入ステロイド薬などによる治療を行い、十分な睡眠、疲れすぎないことなど、基礎的な体調管理を心がけましょう。

## まず、かかりつけ医に受診の相談。かかりつけ医がいない人は？

インフルエンザなどの感染症に備えるためにも、ぜんそくの症状があったらかかりつけ医をもつことはとても大切です。

かかりつけ医がいない場合はまず、呼吸器科などぜんそくをみってくれる医療機関を見つけておきましょう。同時に、受診先を都道府県の新型インフルエンザ相談窓口や保健所に設置されている発熱相談センターな

どに確認し電話番号を控えておきます。インフルエンザの症状を感じて受診をする時には事前に電話をし、必ず「ぜんそく患者であること」を伝えます。

もちろん、じっとしていても息苦しいとか、喘鳴(ヒューヒュー、ゼーゼー)がひどいなどの状態がある時はがまんせず、救急車で受診してください。

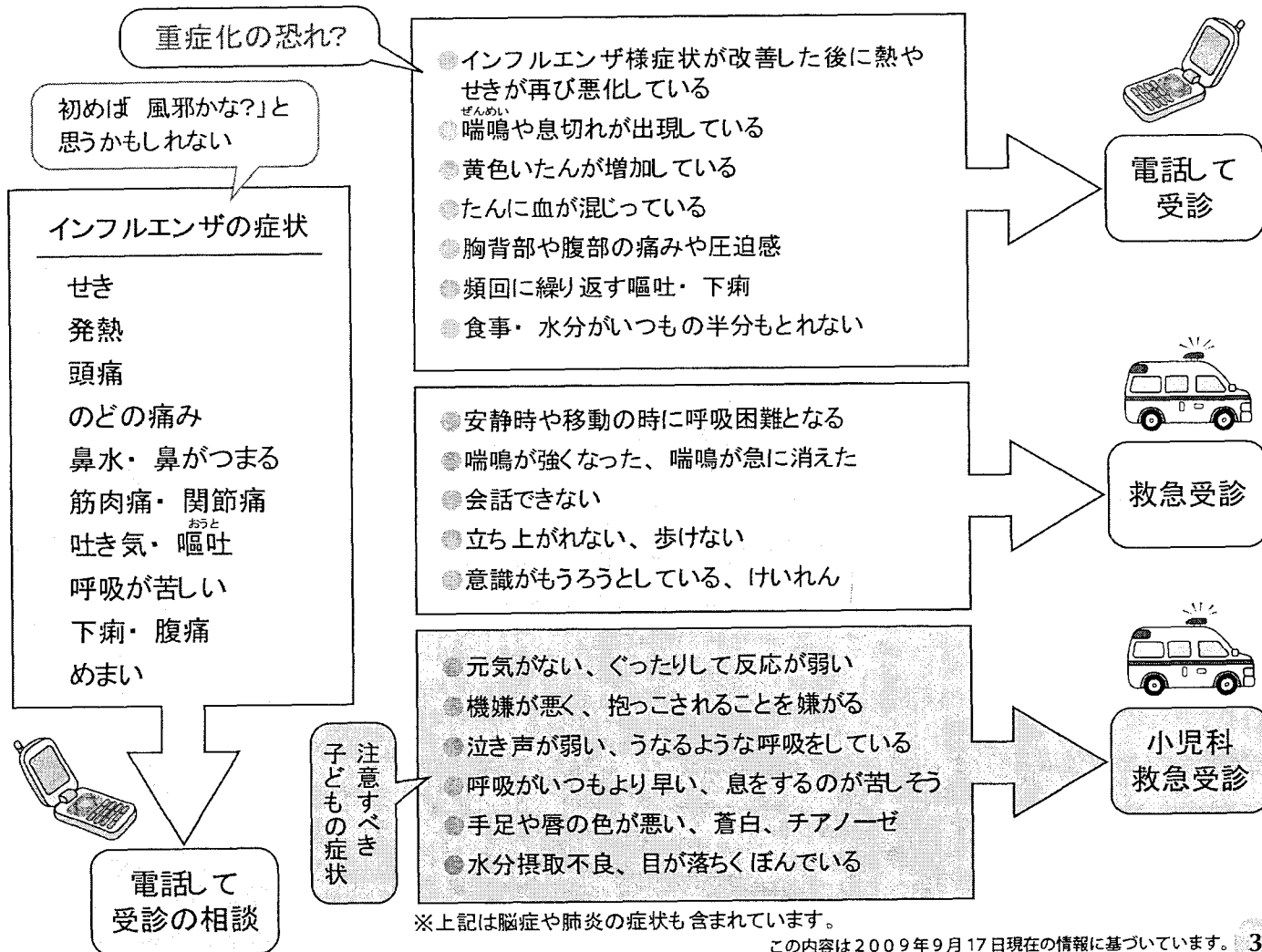
# インフルエンザの症状を感じたら、すぐに受診の相談を

症状は急変するかもしれません。高齢者、一人暮らしの人、病院が遠い人は早めに対処しましょう。

調べて書き込んでおく	かかりつけ医 ぜんそくをみてる病院	TEL	FAX
	地域の救急指定病院 夜間・休日診療施設など	TEL	FAX
	新型インフルエンザ相談窓口	TEL	FAX
あなたや家族が医療機関に必ず伝えるべきこと	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>インフルエンザの症状のある「ぜんそく患者」だということを伝える</u> 「今の状態や苦しさ」 「いつから具合が悪くなったのか」 「どのような症状が、どのように変化しているか」具体的に</li> </ul>		
用意しておくもの 持っていくもの	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ぜんそくの症状の変化と使った薬の名前を記録する</li> <li>● 保険証、おくすり手帳、ぜんそく日記・ぜんそくカードやインフルエンザ必携カード(P5)</li> <li>● 受診の時はマスクをしましょう</li> </ul>		

## 受診のタイミング～こんな症状を感じたら受診を～

※息苦しさなどぜんそくの症状はがまんせず、処方されている治療薬を早めに使いましょう



## 新型インフルエンザのワクチン(予防接種)について

体の持つ免疫のメカニズムの中で、ウイルスをたたくのは「抗体」の働きです。この抗体をあらかじめつけておこうというのがワクチン(予防接種)です。ワクチンを接種しておく、感染しても抗体の働きで症状が重くなるのを防ぐことに貢献できます。ただ、ワクチンですべての人に効果が期待できるわけではありません。手洗いやうがいをごまめにするなど、基本的な予防は忘れないようにしましょう。

現在、開発中の新型インフルエンザ(A/H1N1)ワクチンの効果は、まだ十分にはわかっていません。

ワクチンの接種にあたっては、その期待される効果やリスクについて医師とよく相談し、接種するかしないかを判断しましょう。また、ワクチンを接種する時は、接種後30分程度は医療機関内にとどまり、経過をみることをおすすめします。

## 卵を含む加工品を食べられる人はワクチン接種も可能

国内産のインフルエンザワクチンは製造過程でニワトリの卵を使います。ワクチンに残存する卵白アルブミンは数ナノグラム(1ナノグラム=10億分の1グラム)ときわめて微量ですが、卵アレルギーのある人は、ワクチンの接種には注意が必要とされています。

ただし、卵アレルギーのある乳幼児(卵白RAST3以上)であっても、卵を含む加工品を食べられるならば、重い副作用を引き起こす危険性はほとんどなく、安全に接種できるとも報告されています。

「アレルギーがあるからワクチンは使えない」ということではありません。以前に卵でアレルギー症状を経験したことのある人は、まず医師に相談してください。アレルギー反応をみる皮内テストや、分割接種などを行う方法もあります。

また、ワクチンを接種していなくても、感染した場合はタミフルやリレンザなどの治療薬で、症状を抑えることができます。

## ぜんそくの人と抗ウイルス薬

インフルエンザの治療には、体内でのウイルスの増殖を阻止する抗ウイルス薬であるタミフル(飲み薬)とリレンザ(吸入薬)が使われています。

新型インフルエンザ(A/H1N1)では、現時点では、世界の感染者のほとんどは軽症であり、その多くは抗ウイルス薬の投与がなくても1週間以内に回復しています。しかし、重症化のリスクの高い人には、原則的に抗ウイルス薬が処方されます。抗ウイルス薬は症状が出始めて48時間以内に投与することで最も有効に働きます。しかし、48時間を過ぎたら効かないわけではありません。

ただ、ぜんそくのある人では、リレンザの吸入によりぜんそく発作が誘発されることがあるため、吸入前に気管支拡張薬を使うよう指導されることがあります。リレンザが処方された時は、持病にぜんそくがあることを改めて医師に伝えて確認しましょう。

なお、タミフルを服用した子どもにも異常行動を示すケースが報告されましたが、タミフルと異常行動の因果関係ははっきりわかりません。現時点では、必要があると判断されれば、1歳未満や、10歳以上の子どもにも十分な配慮の上で投与されています。

### リレンザを処方されたら

リレンザの吸入によりぜんそく発作が誘発されることがあり、ぜんそくの人では吸入前に発作用の気管支拡張薬を使うよう指導されることがあります。また、添加物として乳糖が非常にわずかに含まれており、特に重症の乳アレルギーのある人では注意が必要です。なお、タミフルには乳糖、乳蛋白成分は含まれていません。