



株式会社 障碍社

衛生委員会報告

October

10
2025

インフルエンザについて

★インフルエンザとは

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスにより引き起こされる急性ウイルス性疾患です。例年、11月頃から徐々に患者が増え始め、1月頃に流行がピークに達し、4月過ぎに収束する傾向があります。

インフルエンザウイルスにはA型、B型、C型の3つの型があります。このうち、冬に流行する「季節性インフルエンザ」を引き起こす型は、A型とB型です。

インフルエンザの典型的な症状は、急激な発熱や悪寒戦慄、のどの痛みなど、急激に出現する上気道症状です。38度以上の高熱が3～4日持続した後、解熱していくという経過を辿ることが一般的です。熱が高くなりえない場合や長引く場合もあり、経過には個人差があります。

インフルエンザは基本的には自然に治癒をする病気ですので、必ずしも抗インフルエンザ薬が必要になる病気ではありません。しかし、肺炎や脳症を発症するリスクもあるため、風邪とは区別して考えるべき病気といえます。

★インフルエンザの症状

インフルエンザは咳や鼻水を介する飛沫感染によって感染し、1～2日程度の短い潜伏期間の後に発症します。

典型的なインフルエンザは、悪寒戦慄、急激な高熱と共に発症します。同時に、筋肉痛や咳、鼻水などの上気道の症状が現れることもあります。発熱期間は3～5日ほどであることが多く、38度以上の高熱が持続した後に解熱傾向に向かいます。

一度解熱してから再度発熱する「2峰性発熱」と呼ばれる熱型をとることもあります。2峰性発熱の場合は、インフルエンザの自然経過なのか、肺炎などの合併症による発熱なのか、医療機関で正しく判断を受けることが重要です。

★インフルエンザの予防法

手洗い、うがい、マスクの着用などを心がけましょう。

また、ワクチン接種を受けることは重症化を防ぐための方法のひとつです。

当社ではインフルエンザのワクチン接種費用を負担しています。（詳しくは総務部にお問い合わせください。）

★インフルエンザに罹ったら

インフルエンザの治療方法は、重症度や患者さんの持病を考慮しながら決定されます。

特に、気管支喘息や心臓疾患、腎臓疾患などを抱えている患者さんの場合、インフルエンザが重症化するリスクが高くなります。このような患者さんには、積極的な治療が必要です。

インフルエンザの治療薬には、内服薬、吸入薬、点滴薬があり、早期の段階で使用すると高い効果が期待でき、発症後48時間以内に開始することがよいとされています。

インフルエンザかなと思ったら、掛かりつけの病院に連絡を入れてからマスク着用の上、受診するようにしましょう。また、熱により脱水症状にならないように経口補水液などを補給するようにしましょう。

感染性胃腸炎について

★感染性胃腸炎とは

感染性胃腸炎とは、ウイルスや細菌などの病原体や寄生虫に感染することによる胃腸炎です。原因となる病原体は多岐にわたり、いわゆる“風邪”のように感染者から排出される病原体を体内に取り入れてしまう場合のほか、食品などに付着した病原体を口にすることで感染してしまう“食中毒”なども含まれます。急性胃腸炎を引き起こすウイルスとしては、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどが挙げられ、いずれも感染者の吐物や唾液、便などに含まれるウイルスの飛沫感染と接触感染によって他者へ感染が広がっていきます。ノロウイルスは自然界の二枚貝に潜んでいることが知られており、それらの食材を十分な加熱なしに摂取することで感染することも少なくありません。細菌には、大腸菌、サルモネラ、カンピロバクター、赤痢菌などが挙げられます。いずれの細菌もウイルスと同じく飛沫感染と接触感染によって広がりますが、十分な加熱がされていない肉類、卵などを食べることで感染することもあります。また、サバやイカなどの魚介類を生そのまま食べることで、アニサキスなどの寄生虫を体内に取り入れてしまうことで発症することがあります。

症状は、軽度のお腹の痛みと下痢などが数日続くのみで自然に治ることもあれば、頻回な嘔吐・下痢のため脱水症状に陥って死に至る場合もあります。特に、免疫力や体力が低い高齢者や障がい者、子どもは急性胃腸炎を発症すると重症化しやすい傾向にあります。

★感染性胃腸炎の症状

感染性胃腸炎の症状は、前触れなく突然発症し、発熱、吐き気・嘔吐、下痢、腹痛、お腹の張りなどの症状を引き起こします。症状の現れ方は様々ですが、一般的にウイルスによるものは吐き気や嘔吐症状が強く、細菌性のは下痢や腹痛などの症状が強く現れる傾向にあります。重症化すると高熱、下痢・嘔吐によって水分不足の状態に陥り、疲労感や脱力、喉の渇き、めまい、立ちくらみ、動悸などの症状を引き起こすことがあります。

★感染性胃腸炎の予防法

感染性胃腸炎を予防するには飛沫感染・接触感染を防ぐため、手洗い・手指消毒・マスク着用などを徹底することが大切です。特に、高齢者や障がい者、子どもなど感染性胃腸炎を発症すると重症化しやすい対象には、できるだけ生ものや生焼けのものを避け、しっかり火が通った食事を選ぶようにしましょう。

★感染性胃腸炎に罹ったら

感染性胃腸炎は、便や吐物などとともに体内で増殖した病原体が排出され、一定の時間が経過すれば自然と改善していくことが殆どです。整腸剤や発熱に対する解熱剤の服薬など、症状を緩和させるための治療を行って様子をみます。また、脱水症状を防ぐためにこまめな水分補給を行います。水分補給には電解質や糖がバランスよく配合された経口補水液が有効です。下痢止めは、病原体の排出を妨げてしまうので、服用しないようにしましょう。

下痢や嘔吐が激しかったり、水分が取れないなどの場合には掛かりつけの病院を受診するようにしましょう。高齢者や障がい者、子供などの重症化しやすい対象の場合、命に関わる場合があります。また、アニサキスなどの寄生虫による急性胃腸炎の場合は、内視鏡で寄生虫自体を取り除かなければ治らないこともあります。

★最後に

インフルエンザや感染性胃腸炎は、しっかり予防対策をとっていれば大幅に罹患率を下げることのできる疾患です。しっかりと予防して自分や身の回りの人の健康を守りましょう。