



グリーンポトスニュース

27号：99年11月

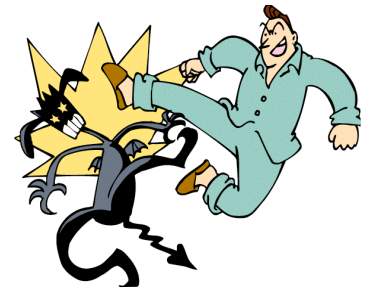
今年は残暑が厳しく秋の訪れが少し遅いような気がします。しかし、季節は忘れずに動いているようです。朝晩は冷え込むようになり、体調を崩している方も多いのではないのでしょうか。そこで、今月の話題は『インフルエンザ』です。

インフルエンザ

冬の風邪というインフルエンザを思い起こす方も多いのではないのでしょうか。風邪を引起こすウイルスは数多く知られていますが、インフルエンザウイルスが特に有名なのは、その病原性の強さにあります。昨冬、乳幼児や高齢者を中心に多くの死亡者を出したのは記憶に新しいことと思います。インフルエンザは、「風邪をひいたかな」と思っているうちに、あっという間に熱が上がり、全身倦怠感に襲われ、3~5日は高熱に悩まされることとなります。

一般成人の場合、比較的体力があるため、10日間ぐらいで、何とか体調は戻ります。しかし、体力ない乳幼児や高齢者が罹ると、脳炎や肺炎などを併発し、死に至ることもあります。

予防法としては、うがいや手洗いは当然のことですが、規則正しい生活し、体力を落とさないようにすることが大切です。しかし、何といても一番良い予防法はワクチンの接種です。インフルエンザは、毎年、少しずつ性質を変えるため、その年の流行を予想してワクチンを生産しております。ワクチンを接種すると、インフルエンザに罹りにくくなるばかりか、罹ったとしても症状は軽くなります。昨冬、ワクチンを接種した方で、インフルエンザにて死亡した人はいませんでした。ですから、ワクチン接種は予防法としては一番良い方法です。



それでも、インフルエンザになってしまったら、水分を多く取ることと、栄養をつけ、休養をし、インフルエンザに打勝つ体力を養ってください。また、できるだけ早く、病医院に受診することをお勧めします。インフルエンザによる高熱は体力を奪って、回復を遅らせてしまいます。かめざわクリニックは、早く体力が回復するように、投薬は勿論、点滴などの治療を積極的に行なっています。