

# へるす・りさーち No.59

名古屋市衛生研究所

## インフルエンザって何？どう防ぐ？

### ～今知っておくべきことについて～

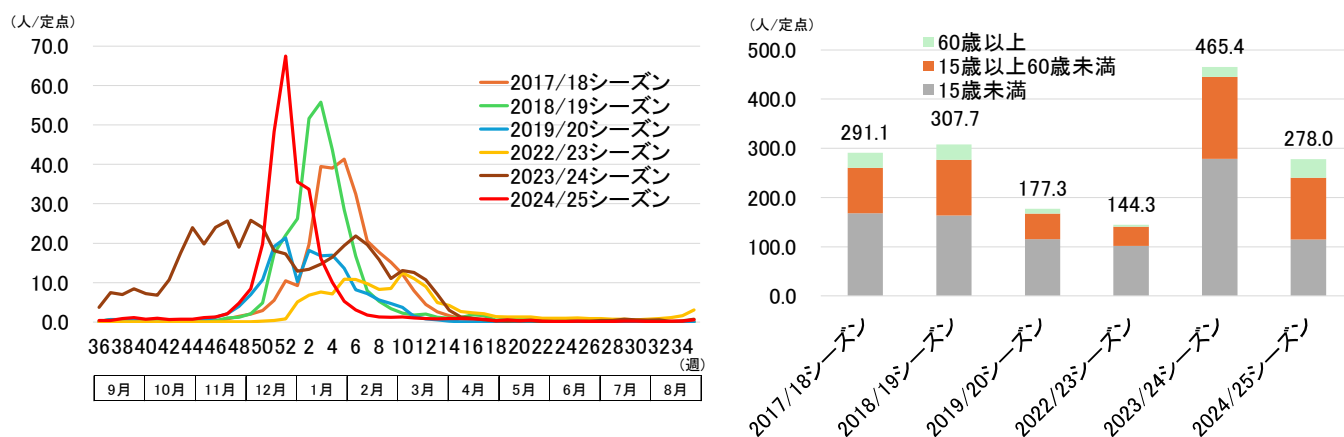
インフルエンザは、冬季に流行がみられる呼吸器感染症です。高熱が特徴であり、咳に加えて頭痛・筋肉痛など通常の風邪と違う症状が出現します。新型コロナウイルス感染症の世界的流行に伴いインフルエンザの流行がほぼなかった年もありますが、2024年～25年の冬に大きな流行がみられました。インフルエンザの流行に巻き込まれないようにするにはどうすればよいでしょうか。今回は、このインフルエンザについてご紹介します。

#### 【インフルエンザとは？】

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することで生じるウイルス感染症で、このウイルスには特殊な型を除いて2種類あります。1つめのA型インフルエンザウイルスは、世界中で流行するウイルスで、名古屋市において11月後半から患者数が増加することが多く、冬になり気温が低下する時期にピークを迎えます。2つめのB型インフルエンザウイルスはA型より遅れて流行することが多いです。ウイルスは毎年少しずつ変化するため、一度感染した人もまた翌年インフルエンザになることがあります。また、ウイルスが大きく変化し、より強い感染力と致死力を持った新型インフルエンザウイルスが出現することが懸念されています。「自分はインフルエンザにかからない」などと考えるのは危険です。普段から自分の健康状態に注意しましょう。

下のグラフは、名古屋市の2017/18シーズンから2024/25シーズンまでのシーズンごとの定点医療機関当たりのインフルエンザ患者数を示しています(2020/21、2021/22をシーズン除く)。1年間を52週間に分けており、各シーズンは第36週(おおむね9月初旬)から始まります。毎年秋から冬にかけて流行し、気温が上昇し春になると患者数が減少する傾向があることが分かります。2020/21、2021/22の2シーズンは患者がそれぞれ0.3人/定点、0.8人/定点しかいませんでした。この理由は、新型コロナウイルス感染症の流行に対する対策によりウイルスの感染が抑制されたためと考えられています。その後、患者数は新型コロナ流行前のように季節的な増加がみられており、2025/26シーズンは第42週に名古屋市で1週間の定点当たり患者報告数が1.1人/定点に増加し、インフルエンザが流行期(1週間の患者数が1人/定点以上)に入りました。

名古屋市の定点医療機関当たりのインフルエンザ患者数の変化(左:週別、右:シーズン別)



注1) 名古屋市内定点医療機関からの報告に基づき作成(2025年4月6日まで: 70定点、2025年4月7日以降: 50定点)。注2) 患者数の少なかった2020/21、2021/22シーズンを除く。

過去8シーズンをみると、1週間当たりの患者数は、2024/25シーズンの第52週に67.5人/定点と最も多い患者数がみられました。1シーズンの患者数は144.3～465.4人/定点以上で、2年前の2023/24シーズンに最も多い患者がみられています。年齢別にみると、毎シーズン60歳未満の患者数は60歳以上の年齢層より多く、8シーズンの合計において、60歳未満の割合は92%を占めています。さらに、15歳未満の患者は15歳以上の患者より多い傾向がみられます。家庭内・学校等における冬季のインフルエンザの流行に気をつけましょう。ただし、高齢者においてもインフルエンザの流行・合併症などがみられることがあり、注意が必要です。



## 【症状】

インフルエンザの症状は38度以上の高熱、頭痛、悪寒、筋肉痛、<sup>けんたい</sup>関節痛、全身の倦怠感、のどの痛み、目の充血、咳や鼻水であり、風邪の症状より全身の症状が強くなります。中耳炎、脱水症状、けいれん、肺炎、心不全が起きることもあり、特に子どもと高齢者で注意が必要です。症状が比較的軽く、数日で軽快する場合は問題ありません。普段の風邪と違うと感じたり、呼吸困難がある場合などはインフルエンザを考えて早めにかかりつけ医か呼吸器内科を受診しましょう。

## 【治療】

インフルエンザの治療には抗インフルエンザ薬を内服、吸入等します。内服もしくは吸入を開始するタイミングは、症状が出現してから48時間以内が効果的とされています。48時間を超えると、ウイルスの増殖が進み、治療の効果が低下するといわれています。また、重症例では点滴が使用されることもあります。

## 【感染経路・予防】

インフルエンザウイルスに感染すると、のどや鼻・気道でウイルスが増殖します。患者が咳をした際に排出されたウイルスを含む飛沫や、患者の触れたもの・分泌物を触ることで飛沫感染・接触感染します。人が集まる場所・機会において、マスク・手洗い・うがいなどの対策を行い、ウイルスを洗い流し、体内に入れないようにしましょう。冬の寒気の低い気温と湿度はウイルスの増殖にとって好都合なので、部屋を暖かくし、湿度も乾燥しすぎないように一定に保つことも重要です。

予防策として、予防接種が有効です。ワクチンにより、約1か月後に免疫力がピークに達し、そのシーズンの流行が終わる頃まで効果が持続すると考えられます。発症したとしても、症状の軽症化が期待できます。名古屋市では、令和7年度中に12歳、15歳、18歳となる子どもに対して接種費用の無償化(12歳は2回、15歳、18歳は1回)を行っており、また高齢者(65歳以上、60歳～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能障害や免疫低下などの疾患のある方)を対象に自己負担金1,500円の接種を助成しています。対象となる医療機関など詳しくは名古屋市のWebサイトを確認してください。このシーズンもしっかり予防・対策しましょう。

名古屋市の子どもの接種費用助成のWebサイト



2次元バーコード

名古屋市の高齢者の接種制度のWebサイト



2次元バーコード



インフルエンザによる高熱、倦怠感、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水、筋肉痛、関節痛、脱水症状、けいれん、肺炎、心不全などの症状が現れる場合があります。予防策として、マスク、手洗い、うがいを行い、ウイルスを洗い流し、体内に入れないようにしましょう。

編集・発行 名古屋市衛生研究所 疫学情報部

〒463-8585 名古屋市守山区桜坂四丁目207番地 電話 052 (737) 3711/Fax 052 (736) 1102

「へるす・りさーち」掲載ページ(名古屋市公式ウェブサイト内)

URL: <https://www.city.nagoya.jp/kenkofukushi/eisei/1015269/1034848/1015384.html>

へるす・りさーち



2次元バーコード

サイト内検索

