



あると便利な置き薬
くすりの広貫堂

株式会社 布村薬品

電話 0776-54-1896 FAX 0776-54-1998

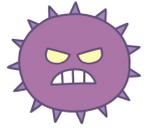
ホームページ <http://www.nunomura.com>

営業所 金沢 076-291-3760 敦賀 0770-25-6725

まいにち健康のバックナンバーはホームページの「健康情報」に記載されています。編集発行 薬剤師 布村 徳久
登録販売者 吉野 文隆

かぜとインフルエンザ！

年末年始は帰省も多く、人の交流が多いこの時期。気なるのがインフルエンザの流行です。感染力が非常に強く、日本では毎年約1千万人、10人に1人は感染しています。特に高齢者や子供は合併症を起こす危険があり、早めの予防が肝心です。今回はかぜとの違いも含め紹介します。



インフルエンザの特徴

1. かぜとインフルエンザの違い

かぜは様々な病原体により起こり、のどの痛み、鼻水、咳など呼吸器症状が中心で、発熱も軽度で発症後も経過が緩やかです。

一方インフルエンザはインフルエンザウイルスにより起こり、**高熱**や**頭痛**、**関節痛**など全身症状が突然現れ、併せてのどの痛みや咳など呼吸器症状も見られます。**小児**では「**急性脳症**」を、**お年寄り**や**免疫力が低下してる方**では、細菌に二次感染して「**肺炎**」を併発し、重症になることがあるので注意が必要です。

2. 感染力が強い！

1つは増殖力の強さ。気が付いた時には他の人に移るくらい体内で増えてます。そしてもう一つ厄介な事に、このウイルスは毎年少しずつ変異するため、過去に感染しても再びかかる事が多いです。

- A型** 非常に変異しやすい。毎年流行する他、爆発的な大流行がある。
- B型** 変異しにくい。A型に比べて流行の規模は小さく、小流行を繰り返す。
- C型** 鼻かぜ程度の軽い症状ですむことが多い。

3. 感染後、いつまで外出を控えれば良いの？

発症前と発症後3~7日間はウイルスを排出すると言われてます。熱がひいた後も、2日程度は他の人にうつす可能性があるため、症状が治まっても2日程は自宅療養することが望ましいです。

※ 学校保健安全法では「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで」をインフルエンザによる出席停止期間としています。

4. 治療薬にはどのようなものがあるの？

発症してから48時間（2日）以内なら**抗インフルエンザ薬**が有効です。ウイルスの増殖を抑え、回復を早めます。

（ただし症状がでて2日以降では十分な効果が期待できません。）

最近、病院でも漢方薬が見直されており、治療に使われるケースも増えています。例えば「**麻黄湯**」は**タミフル**との比較で同等の評価もあり、自然な解熱効果で注目を浴びています。



※38℃以上の熱の入院患者での比較データ（右）
熱があった時間は麻黄湯の方が短かった。漢方と免疫・アレルギー2006；20,54-61

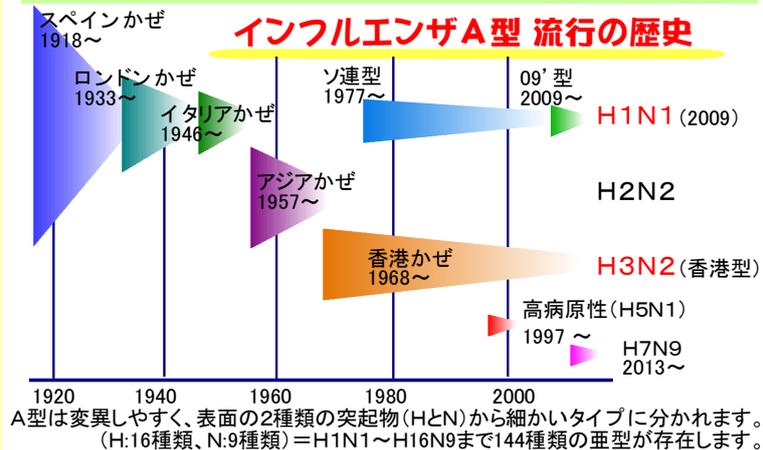
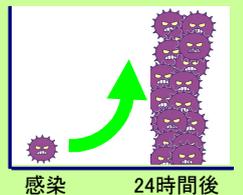
「**麻黄湯**」や「**葛根湯**」は昔から風邪の初期に使われており、「**流感**」にも使われてきた実績のある漢方薬です。上手に使いえば、早めの予防にもつながります。

タミフルも実は生薬から作られています。原料には大茴香(トウシキミ)が使われており、別名「八角茴香」「スターアニス」とも呼ばれ香辛料としても使われています。大茴香から抽出されたシキミ酸は、多くの合成工程をへてタミフルが作られます。

かぜ(普通感冒)	かぜとの違い	インフルエンザ
季節を問わない	流行時期	12月~3月頃
4~5日	発症までの期間	1~3日
平熱~38度	発熱	~40度 (高熱)
・咳、くしゃみ ・のどの痛み ・鼻水、鼻づまり等	主な症状 (発熱以外)	・咳・のどの痛み・鼻水 ・全身の倦怠感、食欲不振 ・関節痛、筋肉痛、頭痛等
それほど強くない	伝染性	強い

体内での増殖力が強い

主にのど等の呼吸器から侵入し、8時間で約100個、16時間で1万個、24時間後には100万個と非常に速く増殖します。100万個を超えたあたりから、寒気や高熱に襲われる為、感染拡大を防ぐのが大変です。



抗ウイルス薬 ⇒ 病気の原因を直接倒すスナイパー

- 敵を定め、増えないように討ちに行く。(タミフル、リレンザ、イナビル、ラビアクタなど)

漢方薬 ⇒ 免疫機能を上げる応援団

- 自分の能力を高めて、体の中の熱い戦いを応援してくれる。(葛根湯、麻黄湯、他に銀翹散、柴胡桂枝湯、竹茹湯胆湯など)

漢方の風邪薬の代名詞的存在「**葛根湯**」。「かかったかな？」というくらいに使うのがコツ。高熱で汗が出始めたり、熱がひいて症状が残ったタイミングでは、効果はあまり期待できません。まだ症状が出ていなくても、「体が冷えた。引きそう！」というタイミングで早めにのむと体が温まり、悪化させずに済みます。

かがりそう！

なら症状がなくても葛根湯

