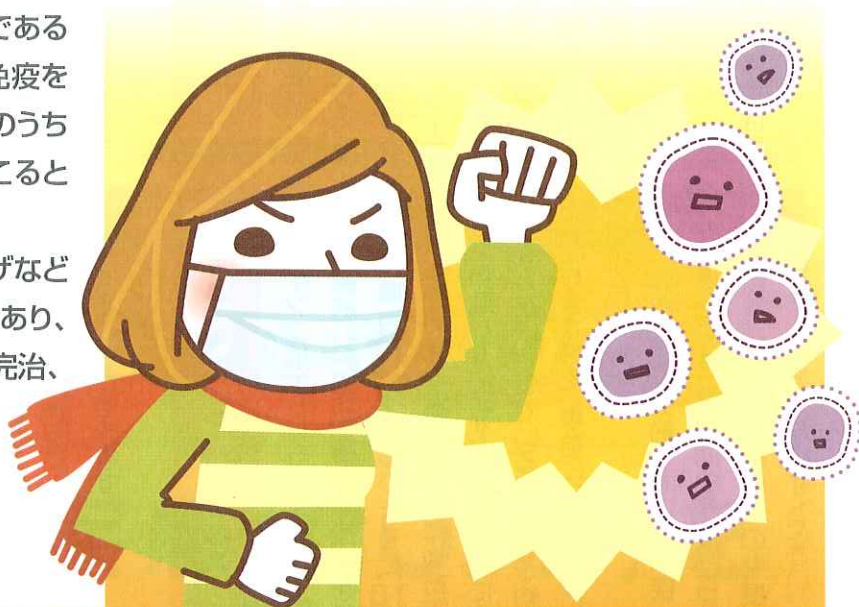


インフルエンザを未然に防ごう。

新型インフルエンザ(H5N1等)は、その感染原因であるインフルエンザウイルスに対して、ほとんどの人が免疫を持たないため、誰もが感染するおそれがあり、短期間のうちに世界的な大流行(いわゆる“パンデミック”)が起こると言われています。

一方で、新型インフルエンザは、タミフルやリレンザなどの抗インフルエンザウイルス薬による治療が有効であり、加えて、ワクチンの製造供給が可能となれば、早期の完治、重症化の防止が可能な病気とも考えられます。

県民の皆様には、新型インフルエンザに対し、正しい知識のもとに、冷静かつ適切に対応していただきますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。



インフルエンザの種類

**人が免疫を持たない、
今後発生が予想される**

新型インフルエンザ H5N1 等

新型インフルエンザは、ほとんどの人が免疫を持たないため、誰もが感染するおそれがあり、ひとたび発生すると容易に感染し、多くの人が発症・重症化すると考えられています。

今後、新型インフルエンザとなる可能性が高いウイルスとして、主に東南アジアで流行している鳥類インフルエンザウイルス(H5N1)が挙げられており、これは既に鳥の間だけではなく、鳥からヒトへの感染も確認されています。

**去年、発生した
豚由来のインフルエンザ**

新型インフルエンザ A/H1N1 2009

平成21年に発生した新型インフルエンザ(A/H1N1 2009)は、ブタインフルエンザが変異してヒトからヒトへ感染するようになったものです。

今のところ、その病原性については季節性のインフルエンザとさほど変わらないとも言われていますので(右記参照)、感染してもほとんどの方は、軽症で回復されています。

ただし、インフルエンザウイルスは変異しやすい性質のため、今後のウイルスの変異には注意する必要があります。

**毎年冬に流行する
従来のインフルエンザ**

季節性インフルエンザ Aソ連型、A香港型、B型など

ヒトの間で流行する季節性インフルエンザは、Aソ連型(H1N1亜型)・A香港型(H3N2亜型)、B型の3タイプです。

典型的な症状としては、1～5日(平均3日)の潜伏期の後に、突然38度以上の高熱が出現し、頭痛・関節痛・筋肉痛・全身倦怠感などの全身症状に加えて、咽頭痛・咳・鼻汁などの風邪様症状が出現します。ほとんどの場合、約1週間で軽快しますが、重症化すると、肺炎、脳炎、脳症などを起こすこともあります。通常の風邪に比べて、高熱などの全身症状が急に出現することが特徴です。

インフルエンザの予防・対策

インフルエンザの予防接種

今シーズンのインフルエンザの予防接種は、10月1日から行っています。

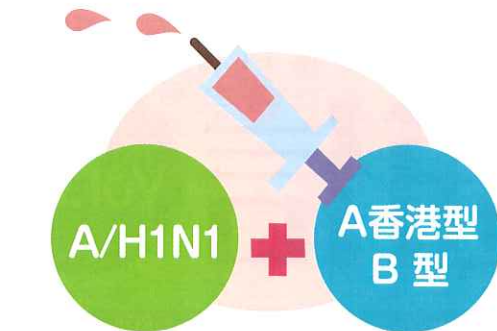
インフルエンザワクチンを接種したからといってインフルエンザにかからないわけではありませんが、重症化の予防には効果が期待されますのでできるだけ接種されることをお勧めします。

特に、高齢の方はインフルエンザにかかるると重症化しやすいと言われていることから、早めの接種をお勧めします。



**予防接種
10月1日
からスタート**

今シーズンのインフルエンザワクチン



昨シーズンは、季節性インフルエンザのワクチンと新型インフルエンザ（A/H1N1）のワクチンが別々でしたが、今シーズンは季節性インフルエンザ（A香港型及びB型）と新型インフルエンザ（A/H1N1）のワクチン株が混合されています。したがって、今シーズンについては、13歳以上の方のインフルエンザワクチン接種は原則1回となります。

どなたでも接種することができます

昨シーズンは新型インフルエンザワクチンの総量が限られており、またその中から順次供給されたことから優先接種対象者を定め、接種順序を設定したうえで実施しましたが、今シーズンは優先接種対象者や接種順序が設定されていませんので、どなたでも接種することができます。



接種を受けることができる医療機関

インフルエンザワクチンは、国（厚生労働省）と契約した医療機関で接種を受けることができ、県内に75ヶ所あります。（10月25日現在）

接種できる医療機関は県や市町のホームページに掲載していますが、医療機関によっては接種できる方を限定している場合や予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。

なお、国と契約していない医療機関で接種した場合には、費用助成が受けられなかったり、健康被害があった際の救済の制度が異なる場合がありますので、ご注意ください。

佐賀県ホームページ

http://www.pref.saga.lg.jp/web/kurashi/_1019/pandemic-flu.html

●接種回数・接種費用●

2類定期接種対象者の方については市町の助成があり、ご負担していただく額が市町によって異なります。詳細については、お住まいの市町にお問い合わせください。

接種回数

対象年齢	接種回数	接種量
1歳未満	2回	0.1mL
1歳以上 6歳未満	2回	0.2mL
6歳以上 13歳未満	2回	0.3mL
13歳以上 ※	1回	0.5mL

接種費用 負担額 (佐賀県内)

	1回目	2回目		接種が出来なかった方
		1回目と同じ医療機関	1回目と異なる医療機関	
2類定期接種対象者 ※	各市町で異なる	2,550円	3,600円	各市町で異なる
生活保護世帯 市町村民税非課税世帯	全額免除			
上記以外の方	3,600円	2,550円	3,600円	1,790円

※著しく免疫反応が抑制されている方は2回接種することがあります

※2類定期接種対象者：65歳以上の方、及び60～64歳で身体障害手帳1級程度の方

●インフルエンザ予防実行宣言●

インフルエンザを予防するには、ワクチン接種だけでなく、普段からの予防が大切です。

佐賀県では、インフルエンザの感染者を少しでも減らすため「平成22年度インフルエンザ予防実行宣言」を定め、賛同していただく事業所を募集しています。

この実行宣言の内容をみなさまも実行し、インフルエンザの予防に努めましょう。

平成22年度 佐賀県インフルエンザ予防実行宣言

- 私たちは、次の8つのことを積極的に行い、インフルエンザの予防に努めます。
- ― 手洗い・うがいを励行します
- ― フラッシングで
- ― お口の中を清潔にします
- ― 食事・睡眠をしっかりとりま
- ― 早めに予防接種を受けま
- ― 熱っぽいと思ったら、
- ― 体温を測って体調管理しま
- ― せきやくしゃみが出るときは
- ― マスク・せきエチケットを
- ― 守ります
- ― かかったなと思ったら
- ― 医療機関に電話し、
- ― 早めに受診します
- ― かかったときは、
- ― 学校や職場を休み
- ― 家でゆっくり静養します

佐賀県新型コロナウイルス予防の3つのキーワード

あわてない

集まらない

がんばらない

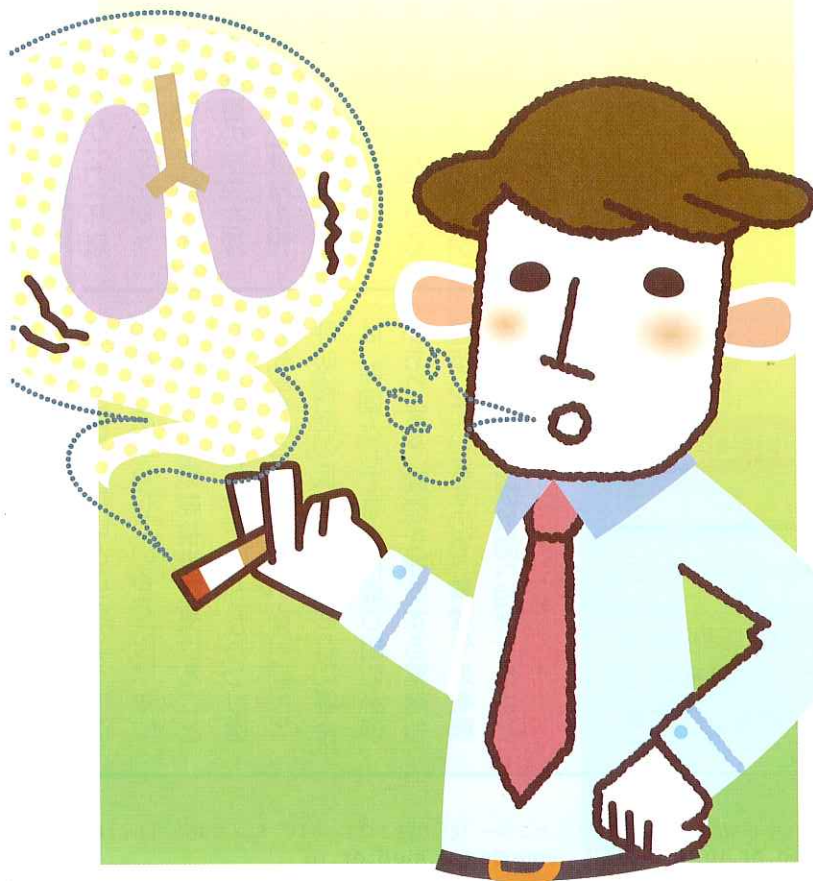
●お問い合わせ・相談窓口●

新型コロナウイルスについて、不安なことや知りたいことがございましたら、発熱コールセンターや各保健福祉事務所又は各市町の予防接種担当までお問い合わせください。

佐賀県発熱コールセンター（平日8:30～17:15）

0120-82-1025

慢性閉塞性肺疾患（COPD）を ご存じでしょうか？

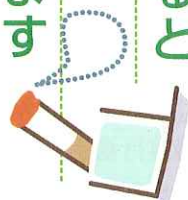


文責 佐賀大学医学部呼吸器内科診療教授 林 真一郎

喫煙は悪性腫瘍や動脈硬化など様々な病気の原因となりますが、COPDはたばこの煙が直接肺に悪影響をおよぼす代表的なたばこ病の1つです。たばこの煙中に含まれる刺激物質が気管支に到達すると、気管支の壁に沈着して炎症を起こします。その結果、末梢（末端）の細い気管支では粘膜が腫れたり、気管支が変形したりして、それよりも更に奥の肺組織が破壊される「肺気腫」が起こります。また、比較的太い気管支でもやはり粘膜の障害が生じ、喀痰（痰がでること）の産生が増加する「慢性気管支炎」の状態になります。肺気腫や慢性気管支炎はどちらも気管支の狭窄（狭くなること）を引き起こし、肺への空気の入りを妨げますので、慢性閉塞性肺疾患（COPD）と総称されます。

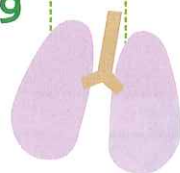
詳しくは、次のページにて

喫煙をすると 気管支が 細くなります



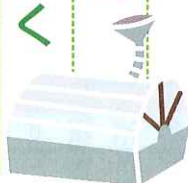
健康な非喫煙者であっても気管支の太さは年齢とともに細くなります(図)。喫煙者のうち約半数ではたばこの刺激に対し特に気管支が弱く(高感受性喫煙者)、急速に気管支の狭窄が進みます。これが慢性閉塞性肺疾患です(図の赤い線)。肺の能力にはかなりの予備があるため、最初は無症状、もしくは咳や痰が出る程度のことが多いのですが、気管支の狭窄が進行すると、階段や坂道を昇るときに息苦しさを感ずるようになります(図の「息切れのため生活に制限」のライン)。さらに気管支の狭窄が進行すると、屋内の歩行や、身の回り動作でも息苦しさを感ずるようになります。このような状況では全身への悪影響も生じ、感冒(くしゃみ・鼻水・発熱・けんたい感などの症状を示す急性の呼吸器疾患。かぜ。かぜひき)などをきっかけにして容易に呼吸不全の状態になります(図の「生命の危険性」のライン)。慢性閉塞性肺疾患は日本人死因の第9位を占め、年間1万5千人の方が亡くなっています。

慢性閉塞性 肺疾患は 怖い病気です



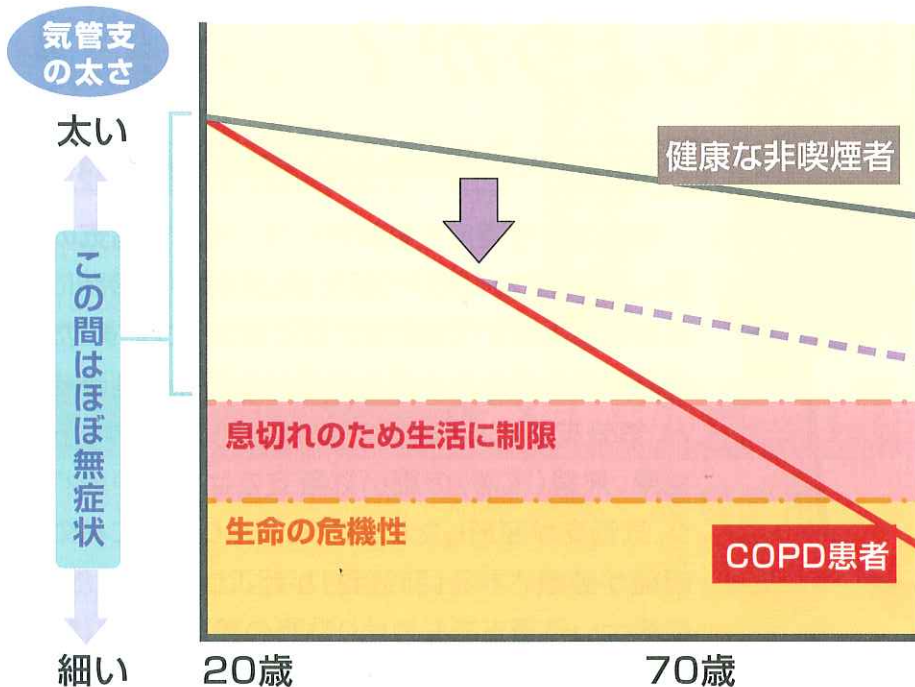
慢性閉塞性肺疾患の怖い点はかなり進行するまで自覚症状に乏しいことです。調査の結果、国内に約500万人の患者さんがいると推定されていますが、実際に慢性閉塞性肺疾患として医療施設で管理を受けているのは20万人程度に過ぎません。最近では新たな薬剤の開発に伴い、進行した状況でも症状の緩和は可能です。でも、出来ることならば、症状が無い早い時期に病気を見つけ、禁煙を含む対策をとっていただく事が大切だと思います。下記の図に示したように、禁煙をすると、気管支が細くなる速度は非喫煙者並にゆっくりになることがわかっています。

慢性閉塞性 肺疾患を早く 見つけるためには



慢性閉塞性肺疾患を早く見つけるためには、呼吸機能の検査を受けていただく必要があります。肺活量の検査と申し上げたほうがイメージが湧

図 気管支の太さに対する喫煙の影響



健康な方でも年齢とともに気管支は細くなりますが、喫煙者の一部ではより速く細くなります(赤い太線)。矢印の時点で早期発見し、禁煙を含む対応を行うと良い経過をたどります(点線)。Fletcher C, Peto R. Br Med J. 1977;25:1645-8.を原案として改変

きやすいかも知れませんが、カ一杯息を吐いたときにどのくらいの空気を吐き出すことができるのかを測定する検査です。最近では検査の結果を理解しやすいように、気管支の狭窄の程度が非喫煙健常者であれば何歳くらいに相当するか(肺年齢)をお示しすることもあります。喫煙をされている方で肺年齢が実際の年齢よりも高いとされた方は要注意です。たばこは万病の元ですので、本来は全ての方に禁

煙をお勧めしたいところです。特に喫煙を続けられている方には、年に1度は呼吸機能検査を受けることをお勧めいたします。かかりつけ医の先生などにご相談下さい。もし、呼吸機能の低下を指摘された場合は、断固として禁煙に取り組む必要があります。禁煙を補助する薬剤も進歩していますので、禁煙外来を標榜している医療機関へ相談されるとよいでしょう。