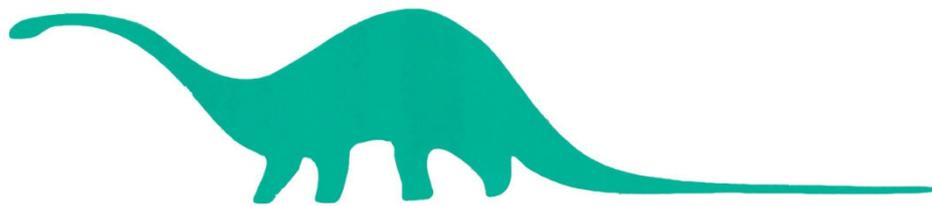


C.L. information

～Vol.19(12月号)2012～



今月号の特集： インフルエンザ 最近の傾向
食中毒情報

株式会社コントロール・ラボ
<http://controllabo.co.jp>

インフルエンザについて

国立感染症研究所感染症情報センターのホームページでは、インフルエンザの流行状況を定期的に発表しております。今年はまだ感染者数は少ないようですが、例年の状況では、年明けには急激に増加します。今年もこれからがインフルエンザの流行する時期と言えます。また、2009年には、H1N1型の新型インフルエンザが流行し、世間を騒がせました。これからも予想がつかない新型インフルエンザが流行する可能性もあるため、季節性インフルエンザだけでなく新型インフルエンザの動向についても注意が必要です。今回のC.L.informationでは、改めて近年のインフルエンザの流行状況、症状、予防と対策について取り上げさせていただきます。



最近のインフルエンザの傾向

◆流行の傾向

インフルエンザウイルスは大きく分けてA型、B型、C型の3つに分類されます。このなかで、流行的な広がりを見せるのはA型とB型で、特にA型は少しずつ変異しながら、毎年世界中の人々の間で流行を繰り返しています。なかには、急速にまん延して人々の健康や生命、さらには医療体制を含めた社会機能や経済活動にまで影響を及ぼすこともありました。1918～1919年に世界的に大流行した「スペインかぜ」をはじめ、1968年の「香港かぜ」、1977年の「ソ連かぜ」、2009年の「新型インフルエンザ」などがあります。

わが国のインフルエンザの発生は、大体11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1～3月頃にピークを迎えます。しかし、近年では、3月頃にピークを迎えたり、沖縄県では夏季に流行したりと、例年とは異なる傾向もみられるようになってきました。特に新型インフルエンザが流行する年は、流行のピークが例年よりずれる可能性が高いと言われています。流行の程度やピーク時期はその年によって異なります。インフルエンザは必ずしも冬季に限定して流行するものではないようです。

◆感染者の傾向

インフルエンザは罹っても軽症ですむことも多いのですが、高齢者や、呼吸器・循環器・腎臓に慢性疾患を持っていたり、糖尿病などの代謝疾患がある場合には重症化しやすい傾向があると言われています。実際、流行期には慢性基礎疾患をもつ死亡者数が増加していますし、インフルエンザによる死亡者の約80%以上が高齢者です。高齢化が急速に進行しているわが国にとっては、インフルエンザが大きな脅威といえるでしょう。さらに、幼児においては、急激に悪化する脳炎・脳症などの重症神経系合併症が増加しています。また、最近ではタミフル(抗インフルエンザウイルス薬)服用後の異常行動による転落死といったインフルエンザに付随した問題も出てきています。保育所、幼稚園、小学校や、病院、老人ホーム、福祉施設など乳幼児や高齢者が集まる場所ではインフルエンザのまん延に特に注意を払う必要があると言えます。

インフルエンザの症状

インフルエンザはインフルエンザウイルスを病原とする気道感染症で、感染を受けてから、約 1～3 日の潜伏期間の後に、突然の 38℃以上の高熱や全身倦怠感、関節痛などの「全身症状」が強く現れます。やや遅れて、咳やのどの痛み、鼻水などの「呼吸器症状」が現れます。通常は、10 日前後で症状が落ち着き、治癒します。



普通の風邪の多くは、発症後の経過がゆるやかで、発熱も軽度であり、くしゃみや喉の痛み、鼻水、鼻づまりなどが主な症状ですが、インフルエンザは高熱などの「全身症状」が強く現れます。また、喘息などの基礎疾患がある人、乳幼児や高齢者などの免疫力の低い人などは重症化する可能性が高く、肺炎や脳炎などを合併することがあるため、特に注意が必要です。

H1N1 型の新型インフルエンザでは、消化器系の症状が出る場合があるとされていますが、H1N1 型新型インフルエンザと季節性インフルエンザでは、症状の違いはほとんどなく、区別するのは困難とされています。

インフルエンザの予防

①手洗いうがい

手洗いやうがいは、インフルエンザ予防の基本になります。手洗いは、手指に付着したインフルエンザウイルスを物理的に除去するのに有効な方法です。石鹸を使い、流水で十分に手を洗うようにしてください。手洗いの後にアルコールで手指を消毒するとさらに効果的です。うがいは、口腔の粘膜にウイルスが接触する危険性を減らすのに有効です。外出先から戻った後や食事の前などは、必ず手洗いうがいをする習慣をつけましょう。

②マスクの着用

インフルエンザは、くしゃみや咳などを介して空中に飛び散ったウイルスを吸い込む事で感染が起こります(飛沫感染)。既にインフルエンザに感染している人では、マスクを着用する事で周りの人に感染を拡大させるリスクを減らすことができますし、健康な人の場合では、ウイルスを吸い込んでしまうリスクを抑えることができます。外出する際や人混みの中では、マスクを付けるように心がけてください。マスクは使い捨てのものが望ましいです。

③抵抗力を高める

十分な栄養が取れていない時、あるいは疲れ気味や睡眠不足の時は、体の抵抗力が落ちています。抵抗力が落ちているとインフルエンザに感染する危険性も高く、また感染した場合にも症状が重くなりやすいです。インフルエンザが流行し始めたら、これらの方は人混みや繁華街への外出を極力控えましょう。また、体の抵抗力を高めるためにも、無理の無い適度な運動をしたり、十分な休養を取ったり、バランスの良い食生活を心掛けたりと、普段の生活を見直してみてください。

④環境の消毒

ドアノブや取っ手、テーブル、スイッチ、水道の蛇口、階段の手すりなど不特定多数の人が触れる場所を介して感染が拡大する可能性もあります。このように多くの人が触れる場所を定期的に消毒することで感染拡大防止になります。

ノロウイルスに注意！！

12月に入りノロウイルス感染者数が急増しています。特に今シーズンは、過去10年間の同時期と比較しても、最も流行した平成18年に次ぐ、2番目の高い水準で感染者が報告されています。これを受けて各地でノロウイルス流行警報が発令されています。ノロウイルスは100個以下という非常に少量のウイルスでも感染する程、感染力が強いウイルスです。ノロウイルスでは、ノロウイルス感染者が調理した食べ物がウイルスに汚染され、それを食べた別の人が感染したり、感染者の糞便や嘔吐物を介して別の人に感染したりする二次感染に特に注意が必要です。ノロウイルスに感染すると概ね1～2日の潜伏期間を経て、下痢・腹痛・嘔吐・発熱などの症状が見られます。これらの症状がある人は調理や配膳などの作業を控えるようにしましょう。また、ノロウイルスを保有していても症状が出ない人の事を無症候性キャリアと言い、このような人でも感染を拡大させてしてしまう可能性があります。日常の体調管理や手洗いなどと同じようにノロウイルス検査は感染拡大を防ぐ手段として欠かせません。定期的にノロウイルス検査を実施し、ノロウイルスを保有しているかどうかを把握することが重要です。ノロウイルスに関しては先月のC.L.information(Vol.18～ノロウイルスについて～)もご参照ください。また、手洗いチェッカーを用いた衛生手洗い講習も承っております。ご希望の方は弊社までご連絡下さい。

手洗い講習、ノロウイルス検査を承っております。
ご要望の方は弊社までお問い合わせ下さい。

先月の食中毒情報

今月は、前述の通り、各地でノロウイルスを懸念した食中毒注意報が出されると共に、ノロウイルスを原因とした食中毒が続きました。今月14日には、広島市で弁当を食べた285事業所の1052人が下痢・腹痛・嘔吐などの食中毒症状を訴えるという、ノロウイルスによる大規模な集団食中毒が発生しており、さらに患者数が増えることが懸念されています。ノロウイルスは感染力が非常に強いことから、1人の感染者から規模の大きな食中毒事件に発展してしまう可能性があります。手洗い・調理器具の洗浄・殺菌など日々の予防対策と、早期発見の為に定期的な検査で、発生を未然に防いでいくことが非常に重要です。

全国食中毒発生状況（11/15～12/14 新聞発表分）

原因物質	事例	感染者数
ノロウイルス	22	1719
サポウイルス	1	91
ウェルシュ菌	1	24
クドア セブテンpunkタータ	1	22
黄色ブドウ球菌	1	11
カンピロバクター	1	6
不明・その他	6	276

株式会社コントロールラボ

本社 〒651-1211 神戸市北区小倉台7-1-7

TEL:078-582-3575 FAX:078-582-3576

阪神事業部 〒658-0026 神戸市東灘区魚崎西町2-4-15

TEL:078-858-6801 FAX:078-858-6802

福岡営業所 〒816-0921 福岡県大野城市仲畑1-6-15-A棟3

TEL:092-575-0630 FAX:092-586-6321

フリーダイヤル

☎0120-540-643

URL <http://controllabo.co.jp>



株式会社コントロールラボ



エムテック衛生検査所