H26. 2. 1

抗インフル薬の予防投与

Dr. 和の町医者日記

「ウイルス」シリーズ⑥

大流行にしっかり備える

近畿でインフルエンザが本格的な流行期に入りました。小、中、高校の学級閉鎖も増えてきました。流行のピークは2月と予想されており、受験シーズンと重なりそうです。受験勉強を一生懸命してきても、受験当日に高熱が出たら努力が水の泡です。そんな受験生のためにも、今回は抗インフルエンザ薬の予防投与を紹介します。

同居人にインフルエンザ感染者がいる場合などには、飲み薬のタミフル、吸い薬のリレンザ、イナビルの予防投与が認められています。ただ、予防投与の場合は健康保険の適用はなく、自費診療となります。

インフルにかかった人は、タミフルを1日2カプセルを5日間（計10カプセル）飲むのですが、予防投与では1日1カプセルを10日間飲みます。量を半分にして長く飲むわけです。リレンザも同様に、1日1吸入を10日間続けます。イナビルも通常は1回に4吸入して終わりですが、予防投与では1回2吸入を2日間行います。

今からワクチンの予防接種をしても間に合いません。受験生をはじめ、大切な日だけは絶対にインフルにかかりたくないという人は、かかりつけ医に抗インフル薬の予防投薬を相談する手があることを知っておいてください。

もちろん、その前に、できるだけ人込みを避けて、手洗いと、うがいを励行することが大切であることはいうまでもありません。

先日、肝硬変で加療中の患者さんがインフルにかかり、呼吸困難になりました。緊急搬送して入院させようとした際、10以上の病院に断られました。

インフル感染者を入院させる場合は個室隔離になりますが、この時期、緊急で個室が確保できる病院は多くはありません。入院患者のノロやインフルの集団感染が大きく報道されているので、病院も院内感染の防止に必死です。

病院とは、病（やまい）の院（いん）です。病人はみな抵抗力（免疫力）が低下していますから、ウイルスや細菌にかかりやすいのは当然です。しかも、狭い場所に集まっているので集団感染が起きます。しかし、重症のインフル患者や合併症を有するインフル患者を受け入れないといけないのは病院の使命でもあり、この時期に入院することは感染のリスクが普段より高いということになります。

病院に限らずクリニックでも同じで、狭い待合室にいる間にインフルやノロをもらったなどということになるように気をつけてください。動けない場合は救急車を往診を依頼したほうがよいことがあります。

感染予防には、普段からできるだけ免疫能を高めておく必要があり、十分な睡眠と養が何より大切です。H7N9型の鳥インフルエンザで19人が死亡したことに、数年前の新型インフルエンザ騒動の記憶がよみがえります。

人類の歴史はウイルスとの闘いの歴史でもあります。人間はウイルスに勝てません。ならば、できるだけウイルスを寄せつけないようにし、新しい感染症が入ってもパニックにならず対応したいものです。

最後に、受験生のノロとして、目がかすむ成分のまない正露丸を常備薬としておくことをおすすめします。

鳥インフルエンザH7N9型 昨年3月末、人間への感染が中国で初めて発見され、感染が中国全土で拡大。世界保健機関（WHO）によると、これまでに56人が死亡した。生きた鳥と直接接触がなかった感染例も報告されている。

長尾和宏（ながお・かずひろ）
東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。平成7年、尼崎市で「長尾クリニック」を開業。外来診療から在宅医療まで〝人を診る〟総合診療を目指す。医学博士。近著「平穏死・10の条件」「胃ろうという選択、しない選択」はいずれもベストセラー。関西国際大学、東京医科大学客員教授。55歳。