

インフルエンザにかかったらどうしますか？

1 何もしないで(薬を使わず)、安静、十分な栄養、睡眠のみで対応する

2 解熱剤(内服薬・坐薬)のみで対応する

⇒ アメリカでは日本と違って国民皆保険ではありません。家庭医に受診すると“インフルエンザですね”と言って終わりです。インフルエンザは自分で治す(self-limited)病気と考えます。インフルエンザにかかった人は街中にあるドラッグストアに行って、自分で解熱鎮痛剤を買ってきて飲みます。

3 抗インフルエンザ薬を使う

- ①タミフル(ドライシロップ、カプセル)5日間
 - ②リレンザ(吸入薬、5歳以上)5日間
 - ③イナビル(吸入薬、5歳以上)1回のみ吸入して終わり
 - ④ラピアクタ(点滴静脈投与)原則として1回のみ点滴
- ①～④のどれかを選択します。



- ⇒ i) 2009年に流行したインフルエンザA型(A/H1N1pdm09)に対し10%の耐性ウイルスができています。要はタミフルが効きにくいウイルスが出てきています。
- ii) リレンザ、イナビルは吸入薬です。しっかり吸入できないと効果が出ません。吸入できる方はイナビルは1回で治療が済みますので便利です。自信がない人はリレンザを1日2回5日間吸入した方が確実に効くと考えます。
- iii) ラピアクタは薬を飲めない、吸入できないくらい元気のない人を対象にして点滴します。外來・病棟どちらでも使えます。

4 漢方薬を使う

①麻黄湯(まおうとう)

インフルA、Bともに使えます。外來でカゼの時に麻黄湯を使ったことがある人は、いつもと同様に発熱があれば**37.5℃以下になる**、あるいは**汗をかき、おしっこが出る**のどちらかを認めるまで2-3時間おきに飲みます。

②麻黄湯以外の漢方薬

“インフルエンザに麻黄湯が効く”ということは、漢方に興味がある人は知っています。これは保険病名として認められており、保険診療でも堂々とインフルには麻黄湯を処方すれば良いのです。インフルエンザには麻黄湯しか使えないのかというと、そうではありません。漢方薬を処方する時に大切なのは患者さんの症状・病態です。『発熱、無汗(汗をかいていない)、関節痛』がある時に麻黄湯を飲むと効くよー、という漢方の処方方のルールがあるだけです。結果的に、インフルの時もあれば、きつい冬のカゼだったということもあります。また、インフルでも軽いものもあります。インフルAとかBとか診断がついたけれど、あまり高熱でもないし、関節痛もない時は、**葛根湯**で治ります。インフルにかかって1-2日経過して汗をかいている時は**桂枝湯**で治ります。ですから、インフルエンザにかかったら、何でも**麻黄湯**ではないということです。これが漢方薬の面白いところです。

インフルエンザ時に使ってはいけない解熱剤

商品名: ①ボルタレン ②ポンタール

この2つはよく効く解熱剤ですが、**小児のインフルエンザ**の時に使うと脳症の発症のリスクが大きくなります。

禁忌(きんき)といって使ってはいけません。

大人でも**ロキソニン**よりは**コカール**、**カロナール**の方が安全です。

大人でも脳症は起こりますが、1, 2, 3歳に比べれば、

はるかに発症頻度は少ないです。

そう簡単には“解熱鎮痛剤”を使う習慣をやめましょう。

あまりいいことは起こりません。

解熱鎮痛剤を使い続けると、**体が冷えて、自然免疫が下がり、心血管のトラブルのリスクが上がります。**



お知らせ

小児夜間急病センター当番日

1月9日(金) 19:30-22:30(受付)

場所: 岐阜市民病院にて

