

インフルエンザについて

冬に大流行する呼吸器の感染症で、気管支炎や肺炎、脳炎・脳症、中耳炎を起こすなど **重症化しやすい病気** です。5歳未満は入院リスクが高いとされています¹⁾。

約1~4日の潜伏期間 の後、**高熱・だるさ・のどの痛み・頭痛** などが出ます。

腹痛や嘔吐 などの症状が出ることもあります。

熱は4~5日続く ことが多く、

小児の場合は一旦解熱した後

24時間以上経ってから再び発熱 することがあります。

(二峰性発熱といいます。

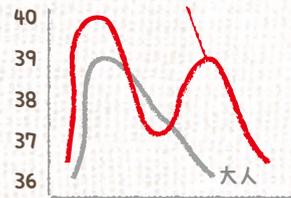
その後自然に解熱していくことが多いので、

他に症状も落ち着いていれば

慌てて病院に駆け込む必要はありません。)



子どもは解熱した数日後に再び熱が出る場合があります



症状は1週間ほどで改善しますが、乳幼児では咳が長引くことがあります。

発症後1~2日後にウイルス量は最大になり、ウイルスは発症から1週間ほど検出されます²⁾。

日本の小児の脳炎の最大の原因で、毎年100~150人が脳炎になります。

(2019/20シーズンは122例)³⁾

脳症は発熱して**2日以内に起こりやすく**、治療しても**死亡や後遺症**をのこす場合があります。

インフルエンザと診断された場合、**発熱後5日を経過し、かつ解熱後2日(幼児は3日)経過したら登園**できます。

なお、A型と比べてB型の症状が軽いわけではなくほぼ同等です⁴⁾。

またA型に罹患してもB型の感染リスクが下がるわけではなく、両方に感染することもあります。

感染対策

こまめな手洗いとアルコール消毒

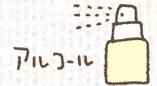
ウイルスは体から離れても8時間感染力を維持します



予防内服

予防内服の適応となる状況は限定的です。

- ① 病院内における集団発生
- ② 重症化リスクのある基礎疾患のある患者さんがインフルエンザ患者に接触した時等



発症後1・2日後
ウイルスが最大量

潜伏

高熱

だるさ

のど痛

頭痛

嘔吐

改善後
咳が残る
場合も



1~4日



改善まで多くは1週間程度



熱は4~5日続くことが多い
解熱後、再び発熱することも

潜伏期間 1~4日 改善まで 4~5日

<参考文献>

1. CDC. Weekly U.S. Influenza Surveillance Report
2. Ip DKM, Lau LLH, et al. Clin Infect Dis. 2016;62(4):431-7.
3. 国立感染症研究所. 急性脳炎(脳症を含む)サーベイランスにおけるインフルエンザ脳症報告例のまとめ, 2020
4. Cohen JM, Silva ML, et al. PLoS One. 2015;10(10):e0139431.



教えて!
ドクター

すぐに受診

- 呼吸が苦しい
- けいれん
- 呼びかけてもぼんやりしている
- つじつまの合わないことを言う、動き回るなど**異常言動**がある



家庭での ケア

Point

見守り・安静・水分補給

異常行動（飛び降りなど）を起こすこともあり、熱が出てから2～3日は家族がそばについて子どもを見守ることと、クーリング、安静、こまめな水分補給が大切です。（発熱を参照）



水分補給



2～3日は見守りましょう



12時間以降
検査

検査は？

検査としてはインフルエンザ迅速検査がありますが、診断は診察も含めて総合的に行うため検査は必ずしも必須ではありません。発症から12時間以内では正しい結果が出ないことがあり、**検査は発症12時間以降**が望ましいです。

合併症は？

肺炎

2歳未満で合併しやすい。インフルエンザで入院した児の約3割が肺炎との報告も⁵⁾

入院した児の3割以上



熱性けいれん、脳炎脳症、異常行動、熱せん妄など中枢神経の合併症に注意が必要。他にもクループや細気管支炎、中耳炎、心筋炎なども。なお、基礎疾患のある児の重症化リスクは健康な児と比べると高いですが、子どものインフルエンザによる死亡の半数はもともと健康であることも注意が必要です。⁶⁾



心筋炎 けいれん 中耳炎

- 肺炎
- 熱性けいれん
- 脳炎脳症
- 異常行動
- 熱せん妄 など
- ク룹
- 細気管支炎
- 中耳炎
- 心筋炎 など

インフルエンザ罹患後の異常行動

タミフル®内服と異常行動の関連が以前指摘されていましたが、現在では、**タミフル®と無関係に起こる可能性**があるとわかっています。そのため、現在は10代以上に投与しない等の制限もありません。ただし、インフルエンザによる異常行動のリスクはあるため、就学期以降の小児や未成年者では、**発熱から2日間は異常行動に伴う事故防止**などを念頭に、対応が必要です。



<参考文献>

- 5. Dawood FS, Chaves SS et al. J Infect Dis. 2014;209(5):686-94.
- 6. Shang M, Blanton L, et al. Pediatrics. 2018;141(4).

治療法は？

自然経過で治ることがほとんどです。

日本小児科学会も、幼児や、基礎疾患がある方など、**重症化リスクが高い患者や呼吸器症状が強い患者**への投与を推奨しています⁷⁾。
一方で、学童など乳幼児以外では投与で1～2日早く熱を下げる効果はあるものの、**重症化や脳症予防は確実ではない**とされています。
妊娠中もしくは**授乳中の母親が抗インフルエンザ薬**を使用しても、**胎児や授乳中の赤ちゃんに影響はない**とされていますので、ご安心ください。

点滴薬は主に入院の時などに使います。
ゾフルーザ[®]は従来の抗インフルエンザ薬に劣らない効果がありますが、
①薬剤耐性ウイルスの出現が懸念 ②小児に特化したエビデンスが乏しい
ため、12歳未満の小児への積極的な投与は推奨されていません。

罹患後の治療証明

出席停止のために検査は必須ではありません。

治療後の受診は
① 病院で他の感染症に罹患するリスク
② 保護者や医療機関の負担増加 などの問題があります。
そのため登校再開に際して治療証明書は不要で、
2009年の新型インフルパンデミックの際にも、
厚生省から治療証明を求めないよう学校側に指導がなされています。



抗インフルエンザ薬

発症48時間以内の投与で、発熱などのインフルエンザの**主要症状が1～2日短縮**。

抗インフルエンザ薬の投与をおすすめしています

- **重症化リスクが高い患者** 乳幼児へのオセルタミビル(タミフル)早期投与は重症化防止に繋がる可能性。1～3歳の幼児の場合、発症から12～24時間以内の投与で症状の持続が3日ほど短縮との報告あり⁸⁾
- **呼吸器症状が強い患者**
- **乳幼児**

処方薬	内服薬	オセルタミビル(タミフル [®]) パロキサビル マルボキシル(ゾフルーザ [®])
	吸入薬	ザナミビル(リレンザ [®])、ラニナミビル(イナビル [®])
	点滴薬	ペラミビル(ラピアクタ [®])

※タミフルの副作用は、おもに吐き気(8～10%) 嘔吐(8～16%)といった胃腸症状が中心です。

<参考文献>

7. 日本小児科学会、2022-23シーズンのインフルエンザ治療・予防指針、2022。
8. Heinonen S, Silvennoinen H, et al. Clin Infect Dis. 2010;51(8):887-94.

ワクチン接種はインフルエンザのもっとも効果的な予防法です。

ワクチン について

米国小児科学会は
「インフルエンザ感染率が最も高く、また合併症リスクが高いのは子どもであり、
ワクチン接種で、子ども自身を守れるだけでなく、他の世代への感染もコントロールできる」
としています⁹⁾。

皮下
注射

不活化インフルエンザワクチン

- 皮下注射のタイプ
- 生後6か月から接種可能
- 13歳未満は原則2回接種
(2~4週間あける)
- 流行する型が違うので毎年接種



6ヶ月以降接種可能

毎年接種

妊娠中の接種可能

接種後2週目から約5か月程度効果があります。
卵アレルギーがあっても接種可能です。
妊婦さんにも接種可能で、
本人だけでなく生まれてくる赤ちゃんの
インフルエンザ発症予防にもなり得る
との報告もあります¹⁰⁾。



点鼻
スプレー

点鼻インフルエンザワクチン(フルミスト®点鼻液)

- 直接左右の鼻の穴に噴きつけるスプレータイプ
- 2歳~18歳が接種対象
- 接種は1回のみ
- 流行する型が違うので毎年接種

対象: 2歳~18歳

毎年接種

点鼻スプレー

メリット

- 接種回数が少なく、シーズンごとに1回のみ
- 注射の必要がない
- 皮下接種の従来のワクチンと効果は同等

デメリット

- 毒性の弱いウイルスを使った生ワクチン
妊娠中の方・免疫不全の患者がいる方は使用不可
- 副反応として鼻詰まりや咳など風邪症状(約60%)

お勧めしません

- 喘息の人は喘鳴が悪化する可能性
- 周囲に免疫不全の患者さんがいる

接種できない人

- 2歳未満
- 19歳以上
- 免疫不全の方
- 妊娠中の方
- 中枢神経の基礎疾患がある方

<参考文献>

9. American Academy of Pediatrics. Pediatrics. 2020;146(4).
10. Zaman K, Roy E, et al. N Engl J Med. 2008;359(15):1555-64