

インフルエンザ



この時期になると流行り出すものは、そうです。

インフルエンザです。

インフルエンザには実はC型まであります。

しかし、C型はそこまでは重症化しないのでA型とB型の二種類が主に言われているインフルエンザです。

インフルエンザはそのまま放置をしても自己治癒力で4~5日程度で治るのですが恐ろしい事に合併症を引き起こし最悪の場合そのまま死亡することもあるのです。

合併症とはどんなものがあるのか。

主にかかるものが肺炎です。合併症の死因の大半が肺炎によるものです。

原因の一つに細菌の数の中でも肺炎球菌が最も多いのです。

この菌が肺に入りインフルエンザと合併をし**インフルエンザウイルス肺炎**となるのです。

心疾患や妊婦の方は特に注意が必要です。

他にも**ウイルス細菌混合肺炎**や**二次性細菌性肺炎**などがあります。

高齢者や免疫の落ちている人はかかりやすいの注意をしましょう。

どんな症状が出た時にインフルエンザと肺炎の合併症が疑わしいのか。

1.長引く発熱。

一度症状が良くなってきたのちにまた発熱してします。

2.痰の絡んだ咳

細菌感染による肺炎になると痰の絡んだ咳がでます。色味は黄緑色で粘性が強いものになります。

3.呼吸困難チアノーゼ

重症の肺炎では呼吸困難を起こす事もあります。換気障害により酸素が不足する事でチアノーゼが見られることがあります。

二次感染で肺炎が起こりやすい理由として気管や気管支の防御機能の低下するためあらゆる細菌が侵入しやすくなってしまっているからです。

次にどんな方がかかりやすいのか。

1.50歳以上の方。

2.心臓や呼吸器に慢性疾患のある方。

3.糖尿病、腎臓病、免疫不全などの疾患のある方。

その他にも妊婦、乳幼児を中心とした小児も注意が必要です。

予防としては普段から免疫を高める生活を心がけていきましょう。

★シャワーだけで済まらずに湯船に浸かること

★十分な睡眠をとること

★適度な運動をすること

★バランスのとれた食事をとること

以上の事を気をつけて元気に冬を過ごしていきましょう！

