

# ～ ヤマケイ通信 ～

いつもお世話になり、ありがとうございます。

- 11月に入り、日増しに寒さが加わってまいりました。
- 郵便局などでは年賀状の売り出しが始まり、師走を間近に感じるようになりました。
- 寒さに向かう折柄、風邪などには十分に注意しましょう。



## インフルエンザの流行シーズン

通常日本では、毎年 11 月下旬から 12 月上旬にインフルエンザのシーズンが始まり、1～3 月にピークを迎えて、4～5 月にかけて患者数は減少します。毎年、人口の 5～10% (約 600～1300 万人) がインフルエンザにかかると想定されています。インフルエンザは強い伝染力を持ち、人から人へ「くしゃみ」や「せき」による飛散などで感染し、広範囲で「流行」を引き起こします。

## 流行はなぜ起こるのか?

一度ウイルスに感染すると、人間の身体にはそのウイルスを排除する働きを持った免疫（抵抗力）ができ、次にインフルエンザウイルスが入ってきても発病しにくくなります。にもかかわらず、なぜ毎年インフルエンザが流行するのでしょうか。それは「昨年は A 香港型の流行があったが今年には A ソ連型が主流になった」などのようにインフルエンザウイルスの亜型が前の年と違うものであったり、A 香港型の同じインフルエンザウイルスの亜型の流行であっても微妙にインフルエンザウイルスが変異したりするためです。その変化の度合いが大きいほど、過去に感染したり、インフルエンザワクチンを接種したりして作られた免疫（抵抗力）は効きにくくなり、感染して発病する人が増えることとなります。

## インフルエンザ予防対策

予防対策の基本としては、流行前にインフルエンザワクチンを接種することです。ワクチンの基となるウイルス（ウイルス株）は、毎年 WHO（世界保健機構）が発表する推奨株を基に、日本国内の専門家による会議でその年の流行を予測・検討し、決定されています。今年流行すると予想されるインフルエンザをより確実に予防するために、毎年インフルエンザワクチンを接種することをおすすめします。個人差はありますが、ワクチン接種後、約半年は持続効果があるとされています。普段の生活では、「外出後は手洗い、うがいを行う」「人混みを避ける」「咳エチケット（マスクをする）」などの対策が重要です。また空気が乾燥すると、インフルエンザにかかりやすくなります。これはのどや鼻の粘膜の防御機能が低下するためです。室内では加湿器などを使って適度な湿度（50～60%）を保つようにすると良いでしょう。

ご講読、ありがとうございました。次回来月号をお楽しみに（＾＾）



有限会社 山本圭商店



各種包装機用超硬カッター、セラミック加工、テフロン加工、各種表面処理加工、包装資材全般販売  
〒537-0012 大阪市東成区大今里 3-11-24 TEL 06-6971-1347 FAX06-6971-2201 www.tyoukou.jp