



今は無き旧津久井の栗園にて  
平尾 隆

発行 一般社団法人 相模原市医師会

深秋の候、いかがお過ごしでしょうか。さて、今回はインフルエンザが疑われるときの急病診療所への受診と学校の環境検査のお話です。インフルエンザは冷静に判断して医療機関を受診することが大事です。また、学校では健康管理のため定期的に教室内の明るさなどを薬剤師さんが検査を行っているのです。是非ご一読ください。

## あれ、熱がある！ あなたはどうしますか？

～インフルエンザウイルス流行期に備えた、  
休日・夜間急病診療所への受診方法の提案～

### はじめに

毎年インフルエンザウイルス（以下「Flu」と略）の流行期には、保育所、幼稚園、小中学校など集団生活をしている小児での感染拡大により学級閉鎖が相次いでいます。近年は成人のFlu感染の患者さんも多くみられ、休日・夜間急病診療所（以下「急病診療所」と略）には小児、成人の年齢問わず、発熱の患者さんが殺到しています。2009年に新型Fluが流行した際にも、急病診療所が混雑し、待ち時間がとても長くなりました。受診待ちの時間が長くなることで重症の患者さんの手当が遅れることが大変心配です。また、付添いの健康な家族やふつうの風邪で受診した患者さんが急病診療所で新たにFluに感染する可能性もあります。

そこで、相模原市医師会としては、新型Fluが流行した際に提案した「Flu流行期に備えた、急病診療所の適切な受診方法」を再度提案したいと思います。

### 提案

#### 1) まず、あわてないで症状をよく観察しましょう！

発熱のほかに以下のような症状はありますか？

顔色がすぐれない、元気がない、息苦しそう、嘔吐、訳のわからないことを言う、行動の異常、ひきつけ（けいれん）など。このような症状があるときはすぐに受診をしてください。

発熱がみられても機嫌や食欲が悪くなければ、あわてないで様子を観察しましょう。水分補給を行い、薄着にして落ち着いて様子を観察したうえで、普段と特にかわりがないようなら、翌日に必ずかかりつけ医を受診してください。発熱してすぐに受診しても検査はできないことがあります。

日本小児科学会が作成したホームページ「こどもの救急（<http://kodomomo-qj.jp/>）」にアクセスすると急病の際に自宅で様子をみてよいのか、早めに急病診療所を受診した方がよいかの判断の助けになるので、参考にすることをお勧めします。

#### 2) 感染が拡がらないようにしましょう！

Flu感染の方または疑いのある方は必ずマスクを着用してください。診察待合室では、感染していない方と別の場所でお待ち頂けるスペースが必ずしも確保できないことがあります。症状が出ている人がマスクを使用することにより感染拡大を防止できます。できれば付き添いの家族の方もマスクを使用してください。すでに感染している場合もあり、他の人に感染させることがあるのでできるだけそのリスクを減らすためです。

### 解説

典型的なFlu感染症は、感染して1～3日の潜伏期の後、突然の高熱で発症し、のどの痛み、頭痛、筋肉痛、関節痛、だるさなどの全身症状を伴います。発症後2、3日たって熱が下がりはじめ、その頃より咳や鼻みずなどの呼吸器症状がはっきりしてきます。成人や学童はこのような典型的症状を呈しますが、乳幼児では全身症状はあまり目立たず、呼吸器症状が中心です。約1週間の経過で軽快するのが特徴です。小児ではまれに、脳症という重篤な合併症を起こすことがありますが、心疾患や喘息などの持病がない健康な多くの方々は、合併症なく経過して自然治癒が期待できます。

Fluの診断キットは年々改良されているとはいえ、発熱後12時間位はウイルス量が少ないため検査をしても診断が確定出来ない場合が多くみられます。発症早期の検査のみでFlu感染の有無を確定することはできません。また、Flu診断は診断キットの陽性、陰性の判断のみでなく、医師の総合的な臨床診断を尊重してください。

抗Flu薬を発症48時間以内に服用開始することで症状が軽減し、発熱期間の短縮や、中耳炎や肺炎などの合併症の予防ができる可能性があります。しかし脳症への予防効果や治療効果は証明されていません。

相模原市の公立小中学校、幼稚園・保育所ではFlu感染時の登校・登園基準が表の通り定められており、児童生徒（小中学校）では発症日を0日と数えて、発熱後最低6日目、かつ解熱して後3日目（表1-A）、乳幼児（幼稚園・保育所）では4日目（表1-B）より登校・登園出来ます。この期間を守っていれば、医師による登校・登園許可書は不要です。

表1-A 児童生徒のFlu罹患時の登校基準

発症日(0日目)	発症1日目	発症2日目	発症3日目	発症4日目	発症5日目	発症6日目	発症7日目	発症8日目	発症9日目	発症10日目
熱	解熱	熱なし	熱なし	熱なし	熱なし	登校可能				
熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	熱なし	登校可能				
熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登校可能				
熱	熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登校可能			
熱	熱	熱	熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登校可能	
熱	熱	熱	熱	熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登校可能

表1-B 乳幼児のFlu罹患時の登園基準

発症日(0日目)	発症1日目	発症2日目	発症3日目	発症4日目	発症5日目	発症6日目	発症7日目	発症8日目	発症9日目	発症10日目
熱	解熱	熱なし	熱なし	熱なし	熱なし	登園可能				
熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	熱なし	登園可能				
熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登園可能				
熱	熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登園可能			
熱	熱	熱	熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登園可能	
熱	熱	熱	熱	熱	熱	熱	解熱	熱なし	熱なし	登園可能

### おわりに

医師会としても急病診療所の維持に努めますが、医療資源は無限ではありません。Flu流行期に相模原市の救急医療体制が破綻しないように、市民の皆様のご協力もよろしくお願い致します。

(相模原市医師会 富川 盛光)

