

いますぐ備えよう!

# 冬の感染症

## 感染症の季節が到来 予防対策は万全ですか?

インフルエンザなどの感染症が流行する季節になってきました。  
早めの対策で、冬を元気に乗り切りましょう!

### どうして冬になると感染症が蔓延するの?

感染症はウイルスや細菌などの病原体が原因となりますが、冬に感染症が流行するのは、高温を嫌い、乾燥を好むウイルスにとって最適な環境だからで、高温・多湿の夏に比べて長く生存できるようになるため、感染力が強くなります。

また、空気が乾燥していると、咳やくしゃみの飛沫が小さくなり、飛沫に含まれたウイルスが遠くまで飛びやすくなるため、感染の範囲が拡大してしまいます。

一方、冬は寒さのため人の免疫力、いわゆる抵抗力が低下するだけでなく、乾燥によって本来は粘液でウイルスの侵入を防いでいる鼻やのどの粘膜が傷みやすくなり、ウイルス感染を起こしやすくなってしまいます。

### 冬に流行しやすい感染症

毎年冬になると、「インフルエンザ」「感染性胃腸炎(ノロウイルス・ロタウイルス)」「RSウイルス感染症」などの感染症が流行します。それぞれの流行時期や感染経路、症状などを把握しておきましょう。

疾患名	原因ウイルス	流行時期	主な感染経路	主な症状	特徴
インフルエンザ感染症	A型インフルエンザウイルス 香港型・ソ連型 B型インフルエンザウイルスなど	11月～2月頃	多くは飛沫感染と接触感染 空気感染の可能性もあり	突然の高熱(38℃以上)頭痛、筋肉痛、関節痛、のどの痛み、鼻水、嘔吐、下痢など	高齢者は肺炎、小児は肺炎や脳症を併発し、致命傷になることもあります。
感染性胃腸炎	ノロウイルス	11月～2月頃	多くは接触感染と飛沫感染	吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱(38℃以下)など	高齢者や乳幼児などは重症化することもあります。
	ロタウイルス	11月～4月頃		嘔吐、下痢、腹痛、高熱(38℃以上)など	乳幼児に多く発症。大人は軽症ですむことが多いです。
RSウイルス感染症	RSウイルス	11月～2月頃 ※ 昨年・今年は9月から急増	飛沫感染と接触感染	発熱、鼻水など重症化すると、喘鳴、呼吸困難などが現れる	乳幼児に多く発症。生後数週間～数ヶ月に初感染すると肺炎などを併発し、重症化することがあるので注意が必要です。