

インフルエンザの感染について

インフルエンザウイルスは、発症する1日前から感染力を持っていると言われています。インフルエンザウイルスの潜伏期間は1~2日です。つまり、感染した当日から感染力を持っているということになります。症状をはっきりと感じることのない、発症前から既に感染力を持っているとなると、感染拡大を止めることが容易ではないことが想像できるかと思います。

この感染力は、発症後一週間程度まで持続し、特に発症してから3日ほどは感染力がピークに達すると考えられています。



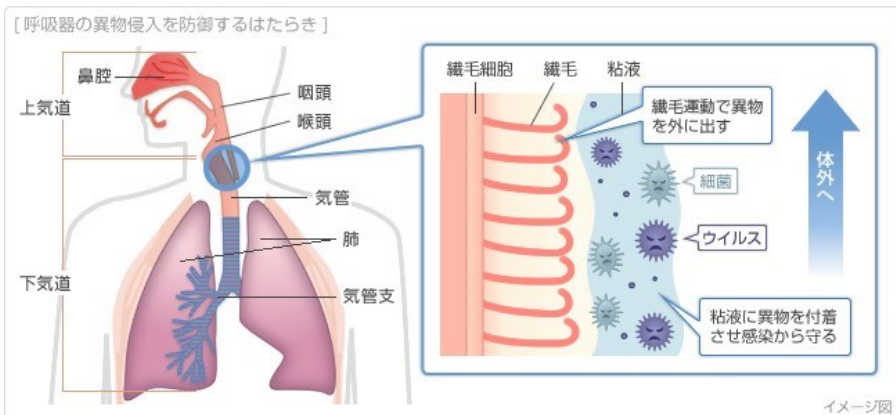
体の防御の仕組み

私たちの鼻には鼻毛が生えていますが、これは鼻のほんの入り口の部分だけで、その奥には線毛と言う非常に細かくて短い毛が密集して生えています。その毛は鼻の奥の粘膜から分泌される粘液に浸された状態です。この線毛はうのようによと動くのですが、全部の毛が連携して一定方向に動くため、粘液を一定方向に運ぶ動きを持っています。

気道では、その粘液に呼吸と共に入り込んできた細菌やウイルスなどの異物がくっつくと、線毛はそれを痰として排出したり、胃の方へ送り込んだりします。粘液にくるまれた状態で胃に

送り込まれたウイルスなどは、強力な胃酸で殺菌されてしまいます。

また、線毛は気管から気管支にも生えていて、鼻腔の粘膜で捉えきれなかったり、口呼吸で直接気管に入ってきたりした細菌やウイルスを捉えて、食道との分岐点に送り返して、痰として排出したり、胃の方に送り込んだりします。



水分をとろう

冬は空気が乾燥します。身体全体が水分不足に陥っていると、鼻の奥や気管・気管支の粘膜も渇きやすくなります。粘液も水分ですから分泌量も減りやすくなり、防御機構が十分に働けない可能性が出てきます。ウイルスなどを効率よく排出できなくなり、やがて感染してしまうこととなります。

インフルエンザに感染し発病するとこの気道の線毛組織が壊されてその働きが悪くなり、さらに細菌による二次感染が起こりやすくなります。

このことはインフルエンザだけでなく、風邪などすべての気道感染症に共通するメカニズムです。特に冬場の乾燥する時期に多いので注意を呼びかけていますが、夏場にエアコンのせいで乾燥する部屋に長くいるときも同じ現象がおこります。

