

## JOMF 派遣医師便り (2016. 5)

### ◆マニラ◆

日本の夏！マニラはインフルエンザ流行の季節をむかえます、  
(同時にデング熱も流行する季節です)

マニラ日本人会診療所

菊地 宏久

インフルエンザの流行、そしてその予防が大切な季節が近づいてきました。この記事が掲載される頃は日本では真夏に向かう時期です。一方フィリピンでは最も暑い乾季が過ぎ雨期が近づいてくる季節になりました。日本では冬にインフルエンザが流行していますが、フィリピンでは例年日本の夏の時期（当地の雨期）に流行しています。そしてマニラ日本人社会においても例年この時期、8-9月にインフルエンザの流行が起こっています。

日本のような温帯地域では「インフルエンザは冬の乾燥した時期に流行しやすい」と言われています。「低温、低湿度の方がインフルエンザウイルスの活動性が活発である」というのが理由の一つです。またウイルスの特性以外の因子として“大量の人の移動”や“集団形成”も関わっていると考えられています。たとえば一時帰国や催事などにおける大量の人の移動、災害地や避難所などの閉鎖された空間です。

マニラ日本人社会では例年8月から9月にかけて（日本人学校の夏休み前後～新学期が始まった頃）幼稚園・学校や会社で患者数の急激な増加が見られています。フィリピンを含む北半球の熱帯・亜熱帯地域では「インフルエンザの流行は雨季（日本の夏）に起こりやすい」ことが分かっていますが、その原因についてはまだはっきりわかりません。

当地で流行するインフルエンザだからといって“マニラ特有のインフルエンザ症状”があるわけではありません。日本と同じように多くは“突然の発熱”で発症しています。しかし主訴が「突然の発熱のみ」で呼吸器症状を伴わない場合はデング熱や腸チフス、レプトスピラなどとの鑑別も必要になります。これらの病気は日本では馴染みの少ない疾患ですが重篤化すると死に至ります。

インフルエンザは一般の風邪より重症感が強く、治療をしなければ高熱が5日前後続き、回復までに1週間から10日かかっています。肺炎に進行し入院加療を余儀なくされるケースも少なくありません。日本では毎年1万人がインフルエンザやその関連疾患で死亡しています。インフルエンザの診断を受けた後は無理をせず、十分な静養をとることが大切です。

インフルエンザの重篤化を防ぐには予防が何より大切です。

- 1) 普段からの体調コントロールに心掛けましょう
- 2) 手洗いを励行しましょう
- 3) インフルエンザワクチンの接種をお勧めします
- 4) 患者さんはマスクをするなどの“咳エチケット”をお願いします

当診療所でも今シーズン用のインフルエンザワクチン接種をすでに開始しました。

日本でも夏を迎えるにあたって、インフルエンザやデング熱の感染にも十分に気を付けて、皆様どうぞお元気でお過ごしください。

2016年5月7日記