

インフルエンザ 2025年度版

**中延医院 院長
品川産業医株式会社
産業医**

産業衛生専門医 沖野 亜紀子

**昭和大学病院附属東病院 精神科
専任講師・診療課長補佐
産業医**

精神科専門医 沖野 和磨



沖野 和磨(おきの かずまろ)

産業医 医学博士

精神保健指定医

日本精神神経学会 専門医・指導医

日本総合病院精神医学会 専門医・指導医

精神神経薬理学 専門医

日本老年精神医学会 専門医

【所属】

昭和大学附属東病院精神科 専任講師・診療課長補佐

中延医院 非常勤医師

品川産業医株式会社

[経歴]

- 昭和大学医学部卒業後、2011年昭和大学病院で初期臨床研修医
- 2013年 香川県坂出市にある回生病院で外科後期研修医
- 2014年 昭和大学大学院博士課程(臨床病理診断学)で大学院生
- 2016年 昭和大学横浜市北部病院メンタルケアセンターに勤務
- 2018年 IT企業中心に8社で嘱託産業医として勤務
- 2021年 中延医院 非常勤医師

[受賞歴]

- 2017年 昭和大学学士会学術奨励賞

[筆頭学会発表、筆頭論文]

- 2022年 難治性うつ病にクエチアピンフマル酸徐放剤が著効した1例(総合病院精神医学34巻1号, 52-59 症例報告)
- 2022年 入院環境、施設環境におけるsuvorexantからlemborexantへの変薬による有用性の検討(臨床精神薬理25巻4号 原著論文)
- 2022年 Effectiveness of change from suvorexant to lemborexant drug in the treatment of sleep disorders. (Psychogeriatrics 28 原著論文)
- 2022年 心理療法を含めた管理者教育の有用性の検証(第95回 日本産業衛生学会 発表)
- 2022年 当院におけるセルフメンタルヘルスプログラムの試み(第118回 日本精神神経学会学術総会 発表)
- 2023年 Vortioxetineの有用性と就労者への影響(臨床精神薬理26巻1号 原著論文)
- 2023年 Efficacy and safety of lemborexant as an alternative drug for patients with insomnia taking GABA-BZ receptor (Hum Psychopharmacol)

[講演]

- 2022年 リエゾンチームにおける不眠症治療(2月16日)
- 2022年 PDQ-5を用いたうつ病治療の治療目標(6月21日)
- 2022年 精神科医からみた不眠症治療(9月1日)



沖野 亞紀子(おきの あきこ)

労働衛生コンサルタント

日本産業衛生学会 産業衛生専門医・指導医

社会医学系専門医協会 社会医学系専門医・指導医

産業医学ディプロマ

【所属学会】

日本産業衛生学会

日本精神神経学会

[経歴]

- 2005年 産業医科大学 医学部医学科を卒業後、
東京都立豊島病院（現 東京都保健医療公社豊島病院）で初期臨床
研修医
- 2007年 日本アイ・ビー・エム株式会社 専属産業医
- 2012年 アズビル株式会社 専属産業医
- 2024年 中延医院 院長

これまで多くの企業、社員様からお悩みを受け、様々な困難事例に
対応してまいりました。

カウンセリングを通して、医療機関に繋げることも一つの方法です。
会社だけで解決することは困難なことが多い為、そのような場合は
一緒に対応してまいります。

健康経営に力を入れたいとお考えの企業様は、お気軽にお問い合わせ
ください。

インフルエンザ

インフルエンザウイルスを病原とする気道感染症であるが、
「一般のかぜ症候群」とは分けて考えるべき「重くなりやすい疾患」

A型またはB型インフルエンザウイルスの感染を受けてから、

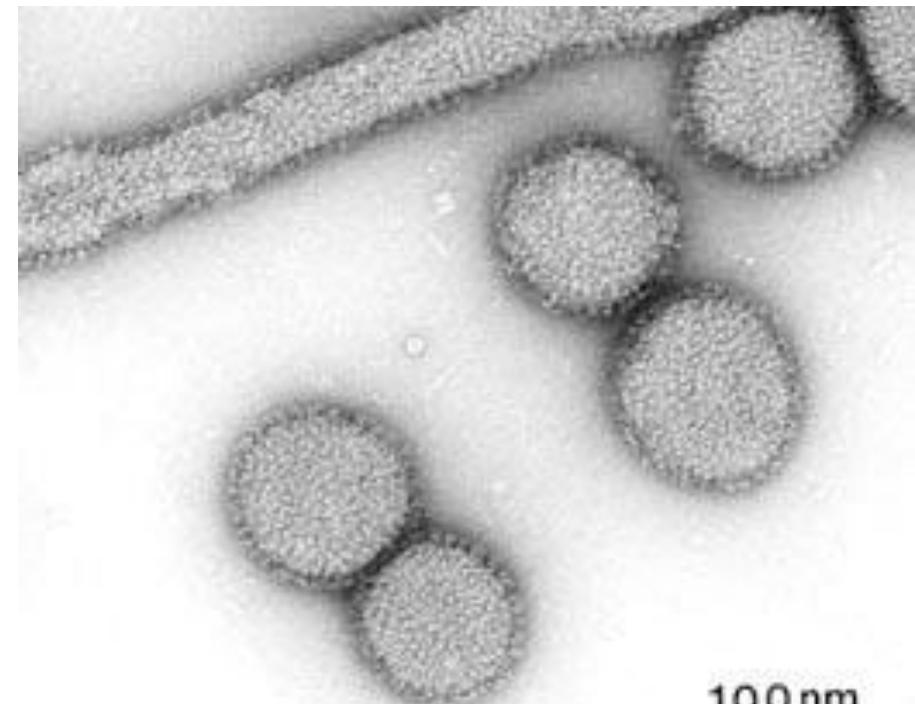
1～3日間ほどの潜伏期間の後に、

発熱（通常38°C以上の高熱）、頭痛、

全身倦怠感、筋肉痛・関節痛が現われる。

咳、鼻汁などの上気道炎症状がこれに続き、

約1週間の経過で軽快する。



インフルエンザと風邪の違い

	かぜ(普通感冒)	インフルエンザ
		
発症時期	1年を通じ散発的	冬季に流行
主な症状	上気道症状	全身症状
症状の進行	緩慢	急激
発熱	通常は微熱(37~38℃)	高熱(38℃以上)
主症状(発熱以外)	<ul style="list-style-type: none">● くしゃみ● 喉の痛み● 鼻水、鼻づまり など	<ul style="list-style-type: none">● 咳● 喉の痛み● 鼻水● 全身倦怠感、食欲不振● 関節痛、筋肉痛、頭痛 など
原因ウイルス	ライノウイルス、コロナウイルス、アデノウイルスなど	インフルエンザウイルス

インフルエンザの重症化

全世界のインフルエンザウイルスによる死亡者数は14.5万人で、

人口10万人あたり1.9人

70歳以上の高齢者で死亡率が高く、人口10万人あたり16.4人

特に東ヨーロッパで死亡率が高く、人口10万人あたり5.2人

日本のデータでは、インフルエンザウイルスによる死亡者数は7,000人で
、人口10万人あたり5.1人。

→ 日本での死亡率は東ヨーロッパとほぼ同じ

幼児を中心とした小児において、急性脳症が増加することが明らか

Mizuguchi M, Shibata A, Kasai M, Hoshino A. Genetic and environmental risk factors of acute infection-triggered encephalopathy. *Front Neurosci.* 2023; 17: 1119708. DOI: 10.3389/fnins.2023.1119708

インフルエンザの重症化しやすい方

慢性呼吸器疾患がある人

喘息や慢性閉塞性肺疾患(COPD)などが挙げられます。

COPDの場合、ワクチンで重篤な増悪を減少させ、死亡率を減少と報告

慢性心疾患がある人

小児で先天的に持病がある人や、心不全や虚血性心疾患などの慢性的な心疾患がある人も、重症化しやすいといわれています。

糖尿病などの代謝性疾患がある人

血糖値が高く合併症が進行している場合は、基礎体力や免疫力が低下し、ウイルスに対する防衛反応が弱くなっています。

腎機能障害、ステロイドなどによる免疫機能不全、高齢者や乳幼児、妊婦

品川産業医株式会社

インフルエンザ肺炎

- インフルエンザウイルスによるウイルス性肺炎
- 二次性の細菌性肺炎

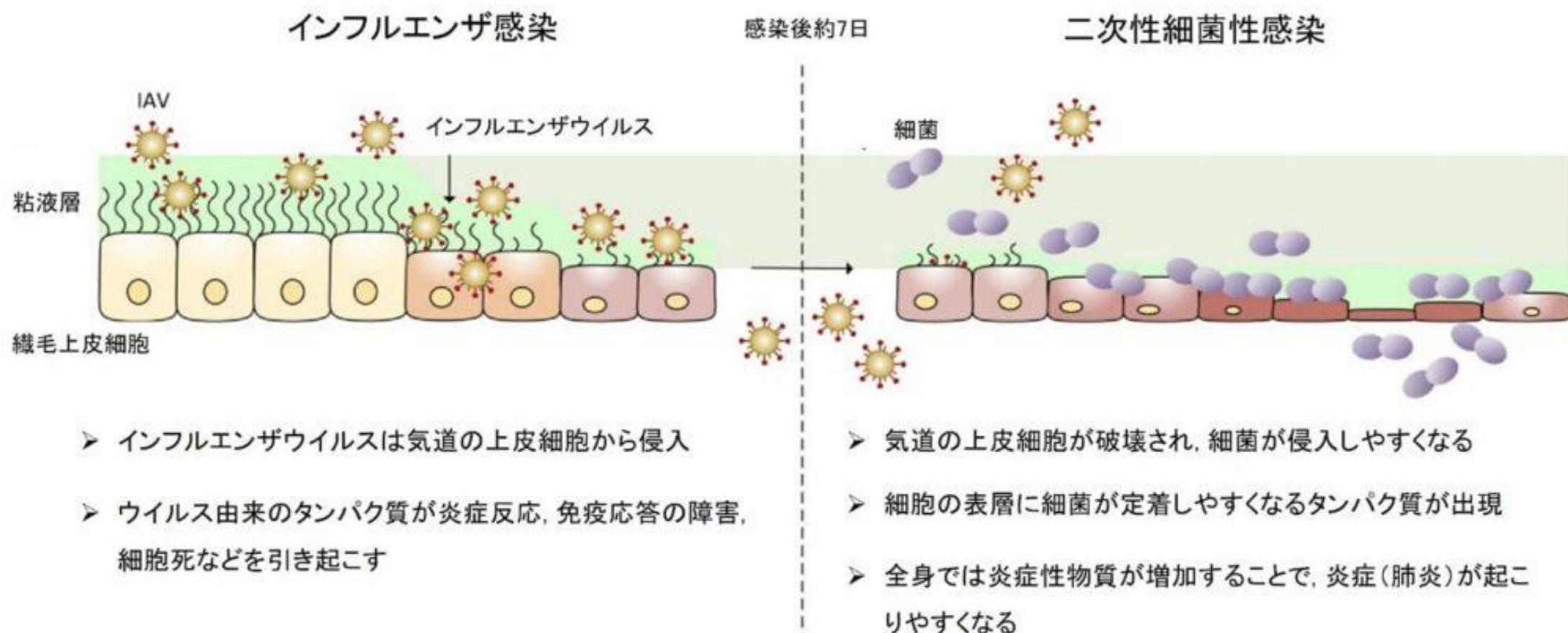
ウイルス性肺炎は発症後3日以内に急速に進行し、発熱と呼吸困難をきたしますが、季節性インフルエンザ感染では比較的稀とされます。

二次性細菌性肺炎は、インフルエンザ感染が一旦軽快してから数日後に細菌性肺炎を続発するものを指します。高齢者や合併症をもつハイリスクの方の割合が多いですが、若年者でも時折みかけます。

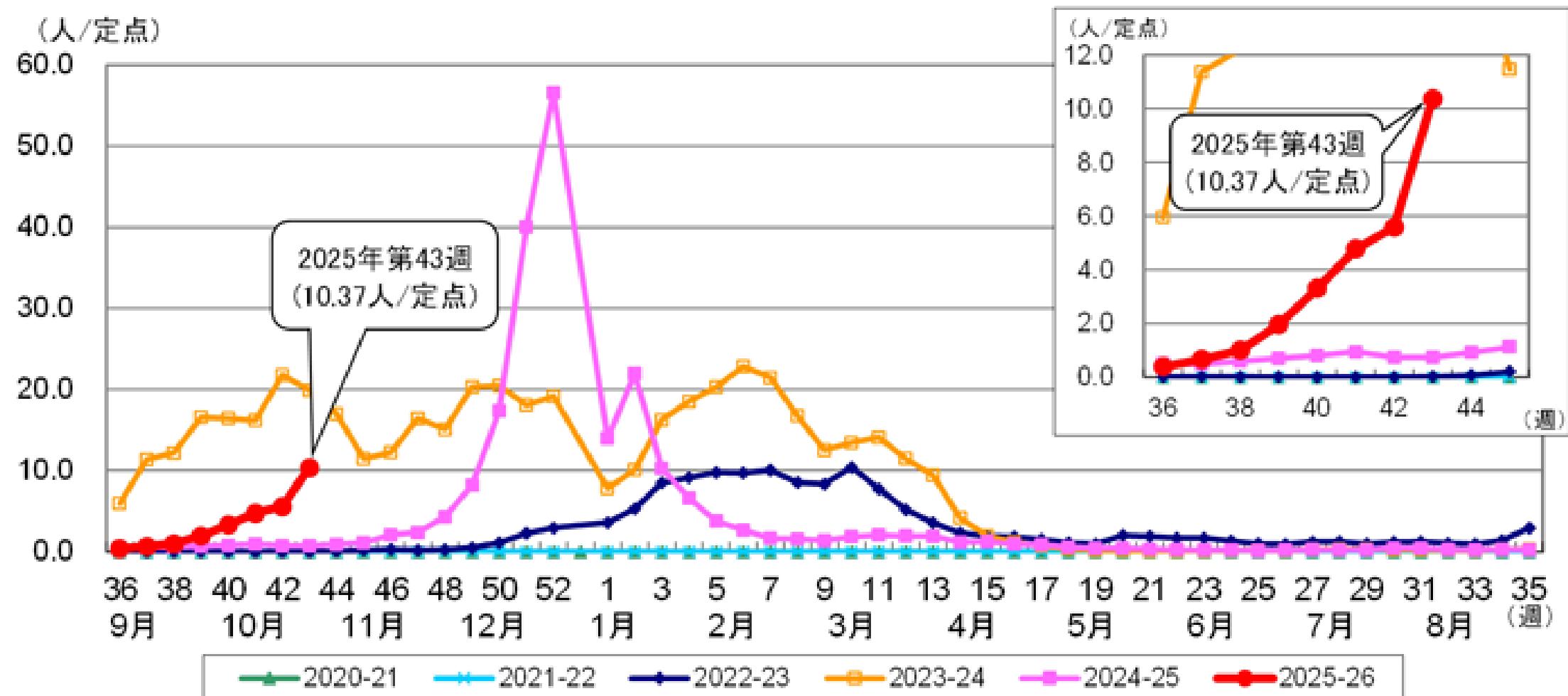
※ インフルエンザ感染後から1週間経ったあとも、発熱や咳症状が続く場合は一度受診しましょう。

インフルエンザ肺炎

インフルエンザウイルスが気道の上皮細胞から感染すると、炎症反応を活性化したり、免疫応答に障害される結果、細菌が侵入しやすくなります。



インフルエンザの流行時期（2025-2026）



インフルエンザにかかったら・・・学校

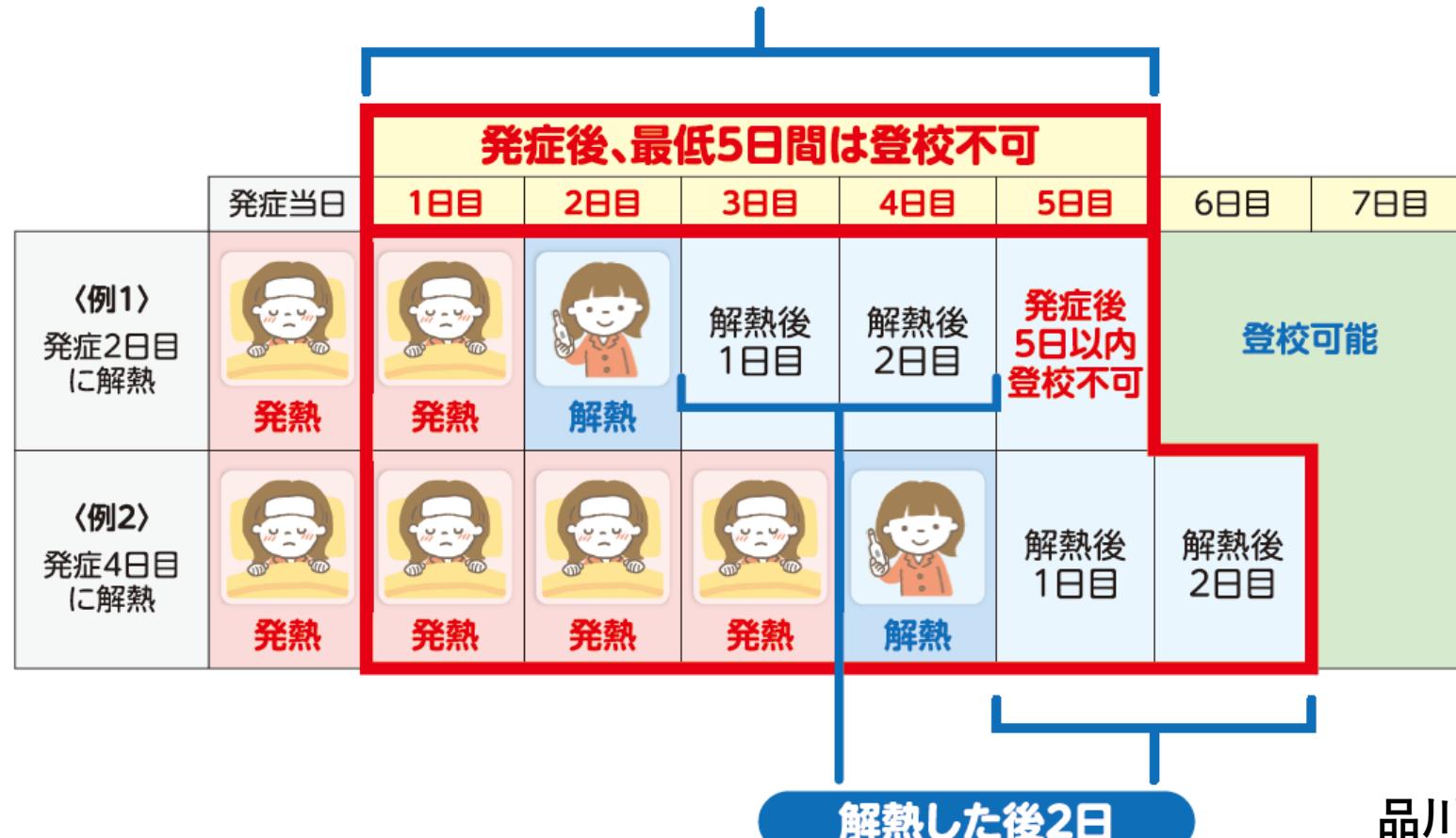
学校では・・・学校保健安全法第19条に基づき、出席停止の扱い
「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」

発症した後5日

発症の取り扱い：「発熱」のみを発症とする。発熱以外の症状「関節の痛み」等は含まない。

発症日の取り扱い：医師の診断日にかかわらず、発症した日（発熱が始まった日）を基準とする。

日数の取り扱い：発症した翌日から起算。発症した日（発熱が始まった日）は含まない。



インフルエンザにかかったら・・・職場

社会人に適用されるインフルエンザなどの感染症に関する法律としては、

「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律」が制定

→ 出勤停止は、新型インフルエンザと再興型インフルエンザのみ

「労働安全衛生法」第68条でも同様の規定

→ 出勤停止は、新型インフルエンザのみ

例年冬に流行する季節性インフルエンザは含まれていません。

当人が出社を望んだうえで、就業規則で出勤停止を命じたケース

→ 会社の都合によるものであるため、社員には補償として平均賃金の6割以上の休業手当が支給される場合がある。

インフルエンザにかかったら・・・出勤命令

「労働契約法」の第5条によると、

「使用者（企業）は、労働契約に伴い、労働者がその生命、身体等の安全を確保しつつ労働することができるよう、必要な配慮をするものとする」と定められています。

→ 病状を悪化させたり、他の社員へ感染が拡大したりした場合、企業は社員の安全を配慮する義務を怠った“安全配慮義務違反”

インフルエンザの感染経路・予防

インフルエンザの感染経路は？

- インフルエンザの感染経路は、飛沫（ひまつ）感染と接触感染です

【飛沫感染】

- 感染した人の咳やくしゃみのしぶき（飛沫）に含まれるウイルスを吸い込むことによる感染です。
- 予防には、咳やくしゃみが直接人にかかるないよう、マスクやティッシュ等で口と鼻を覆う等の「咳エチケット」が効果的です。



【接触感染】

- ウイルスの付着した手で、目・口・鼻を触ることによる感染です。
- 予防には、手洗い、消毒が効果的です。



インフルエンザの感染経路・予防

職場等における感染予防のポイント

【従業員の取組】

●こまめな手洗いを心がけましょう

○手洗いは流水と石けんで15秒以上行い、水分を十分にふき取りましょう。

(詳しい手洗いの方法は、東京都のホームページをご覧ください。)

○手が洗えない場合、手指消毒用アルコール製剤(エタノール等を60~80%程度含むもの)による消毒も効果があります。



●顔を触らないようにしましょう

○手に付着したウイルスが目・口・鼻の粘膜から体内に入らないよう、手で顔を触らないようにしましょう。

●人ごみを避けましょう

○外出する場合は、公共交通機関のラッシュの時間を避ける等、人ごみに近づくことは避けましょう。

○症状のある人(咳やくしゃみなど)に接触した場合は、手洗いなどを行いましょう。

●「咳エチケット」を意識しましょう

○咳やくしゃみが出るときは、マスク等で口や鼻を覆うなどの「咳エチケット」を心がけましょう。

国内で承認されているインフルエンザウイルス薬

	リレンザ	タミフル	ラピアクタ	イナビル	ゾフルーザ
一般名	ザナミビル	オセルタミビル	ペラミビル	ラニナミビル	パロキサビル
作用機序	ノイラミニダーゼ阻害				Capエンドヌクレアーゼ阻害
投与経路	吸入	経口	点滴	吸入	経口
用法 用量	1日2回 5日間	1日2回 5日間	1回	1回	1回
1治療あたり薬価	2942円	2720円	6216円	4279.8円	4789円 ※体重80kg未満
17年度 売上高	—	169億円 (25.2%)	33億円 (13.8%)	253億円 (29.2%)	24億円 (—)
製造販売	GSK	中外	塩野義	第一三共	塩野義
発売	00年12月	01年2月	10年1月	10年10月	18年3月 品川産業医株式会社

インフルエンザワクチン

生後6か月以上で13歳未満では、 2回接種

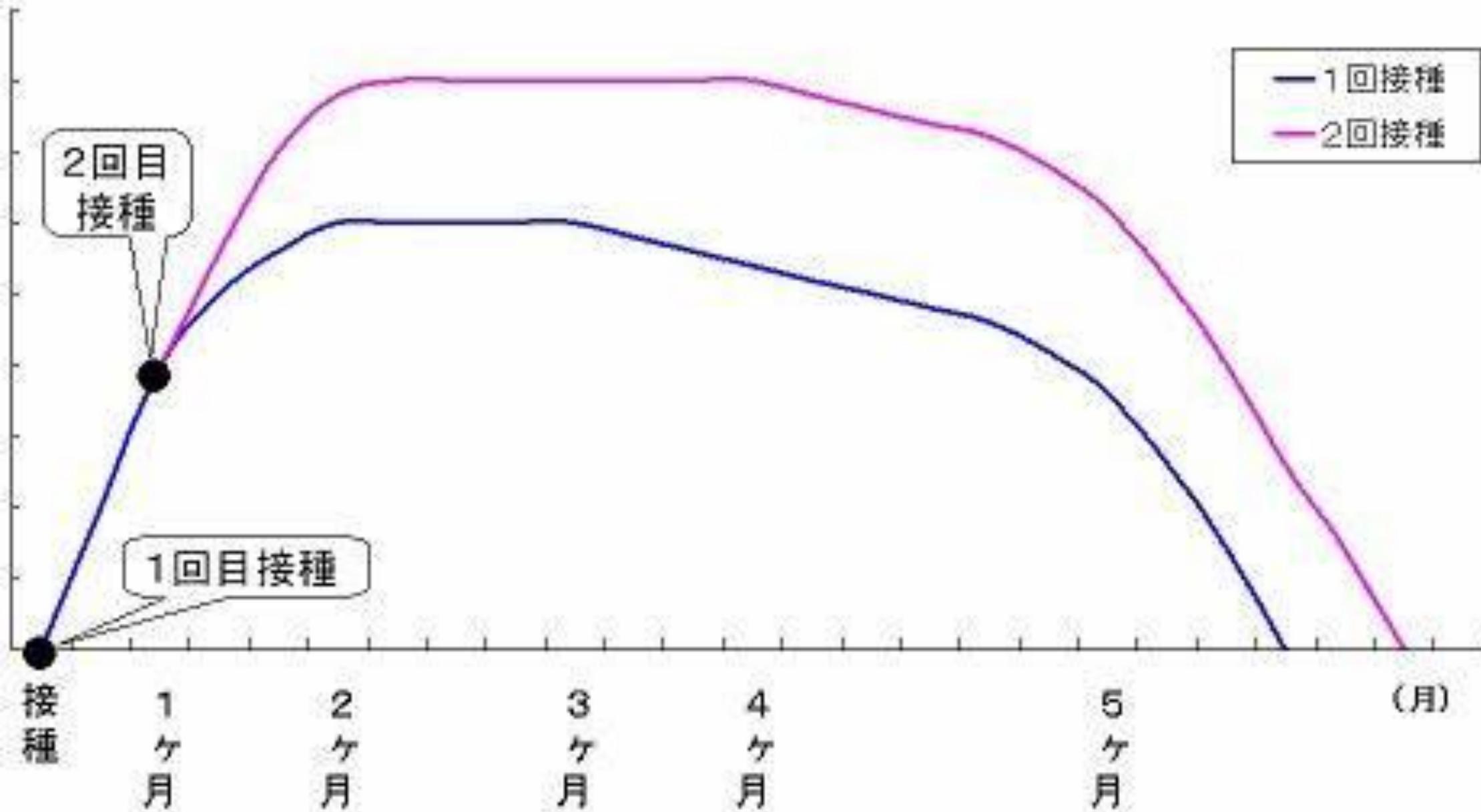
2～4週間（できれば4週間）空けて、 2回目を接種する。

13歳以上は通常1回接種ですが、 2回接種するとより効果的
(接種間隔はおよそ 1～4週間)

ワクチンを打った後、 1～2週間ほどで抗体が作られ始め、
抗体量は接種後 1カ月でピーク
→ インフルエンザワクチンの効果は、 接種後 5カ月



インフルエンザワクチンの効果（成人）



インフルエンザワクチンの効果

予防効果はほかのワクチンと比べてそれほど高くありません。

重症化予防として接種することをおすすめします。

→ 脳炎の予防も期待できる

国内の研究によれば、65歳以上の高齢者福祉施設に入所している高齢者については34～55%の発病を阻止し、82%の死亡を阻止する効果があったとされています。

6歳未満の小児を対象とした2015/16シーズンの研究では、発病防止に対するインフルエンザワクチンの有効率は60%と報告されています。

※ 平成11年度 新興・再興感染症研究事業「インフルエンザワクチンの効果に関する研究（国立療養所三重病院）」

※平成28年度 新興・再興感染症及び予防接種政策推進研究事業「ワクチンの有効性・安全性評価とVPD（vaccine preventable diseases）対策への適用に関する分析疫学研究（保健医療経営大学）」

インフルエンザワクチンの効果

米国CDC(疾病管理センター)MMWR 53(RR-6):1-40,2004

対象	結果指標	相対危険度*	有効率(%)
65歳未満健常者	発病	0.1-0.3	70-90
一般高齢者	入院(肺炎・インフルエンザ)	0.3-0.7	30-70
老人施設入所者	発病	0.6-0.7	30-40
"	入院(肺炎・インフルエンザ)	0.4-0.5	50-60
"	死亡	0.2	80

「予防接種に関する検討会(第5回)」 廣田委員提出資料より

*相対危険度:疫学の指標の1つで、あるリスク因子への非暴露群に対する暴露群の疾病のリスクの比

老人施設入所者の死亡の相対危険度0.2の意味

インフルエンザ予防接種を受けていない入所者のうち10%が死亡する場合、接種を受けた入所者の死亡割合が2%に低下するという意味である。

流行規模によって、接種を受けていない人と受けている人の死亡割合が20%対4%になることもある。

インフルエンザワクチンの副作用

接種した部位に赤みや腫れ、痛みなどが生じる可能性は10%～20%

その他、発熱や頭痛、全身の倦怠感を感じる方もいます。

このような副反応は通常3～5日ほどで消失する。

まれですが、重篤なアレルギー反応をおこすことがあります、ほとんど起きません。

※ワクチン接種の直接の明確な因果関係があるとされた症例は認められません。死亡例のほとんどが、基礎疾患等があるご高齢の方

受けない方がいい人は・・・

- この予防接種によってアナフィラキシーを呈したことがある方
- 発熱している。
- 重篤な急性疾患にかかっている

2-18歳向けに鼻腔に噴射する経鼻ワクチン

フルミストとは 添付文書から

対象年齢	2~18歳
接種回数	どの年齢も1回
接種方法	両方の鼻に 1回ずつ噴霧
接種 できない人	妊婦、免疫抑制剤を 服用中の人など
副反応	鼻水、鼻づまり、 せきなど

