

ヒト・メタニューモウイルス感染症

今年は寒さも例年になく厳しく、日本列島が凍えています。インフルエンザも急激に増え学級閉鎖が広がっています。そんな中ですが、本来なら3月から6月に流行する、ヒト・メタニューモウイルスが1月中旬から増え始めています。RSウイルスとよく似ているのですが、2001年に見つかっています。生後6か月以後（親からもらった抗体が無くなるころ）から感染が多く、1~2歳が感染のピークです。感染して7日以後から抗体を創り始めます。10歳以上の子どものほぼ全員に抗体があります。1回かかれば、大丈夫なウイルスではなく、風邪として何度もかかり、発病しにくくなっていきます。

子どもの風邪の5~10%、大人の風邪の2~10%がこのウイルスが原因のようです。RSと比べて高熱が出る、発熱の期間が長い（5日ほど）。その他は、咳、鼻汁、といわゆる風邪症状ですが、3歳未満は60%が急性中耳炎を合併することがあります。頻度は不明ですが、細気管支炎、肺炎、熱性けいれん、結膜炎、咽頭炎、喉頭炎、下痢、発疹、があります。潜伏期は3~5日ですが、それより早い場合もあります。

今年診療所で拝見している分では、鼻血や痰に血が混じる、筋肉の違和感が他の感染症より多くみられます。また、大人ではごく軽いはずですが、30歳代、40歳代で子供さんから感染して熱が続いておいでになる方がいます。また、病気の後半に細菌感染を合併する比率も高いように思います。肺炎球菌が主要なものです。肺炎球菌ワクチン（プレベナー13）を終了している子どもさんからもみられました。ワクチンに入っていない株だったのでしょうか。ワクチンをしたからといって、手放しでは安心できないですね。もちろん、細菌感染が合併した場合は、有効で、アレルギーのない抗生物質を服用します。

小さい子供さん、高齢者に合併症、重症化が多いですから、肺炎球菌ワクチンは体調の良いときに、受けてください。

予防についてですが、このウイルスに対してのワクチンはありません。感染は飛沫感染と接触感染の両方があります。保育園などでは感染予防は難しいですができるだけ手洗いをすることが重要です。また、発病や重症化のベースに、アレルギーや生活習慣、強いストレス、不眠、過労、があるのは、皆様、すでにご存じと思います。発病すれば安静、保温が何より大事です。食欲が落ちているときは、無理に食べない、スープ、ジュース、お茶、みそ汁、などの水分は必要なだけ摂る。合う人はレモンマートル、しその実油、天然ビタミンC、状態に合う漢方薬を服用で、様子を見ましょう。

鈴木富美