

## 新型インフルエンザ対策について

(財)日本バスケットボール協会 医科学研究部

今年の春に新型インフルエンザが北米大陸で発生し、またたく間に世界中に広まりました。通常、インフルエンザは寒い季節に流行するため、新型インフルエンザも夏には一時的に落ち着くだろうと予想されていましたが、衰えるどころかさらに感染者が増大しています。このままでいきますと、9月下旬から10月初旬にかけて、大流行がおこるだろうと考えられています。

従来の季節性インフルエンザに対しては多くのひとが免疫をもっているため、通常の流行でおさまるはずですが、この新型インフルエンザにたいしては誰も免疫をもっていないため、大流行になると非常に懸念されています。

季節性、新型を問わず、インフルエンザに対して重要なことは、インフルエンザに罹らないように1人ひとりが予防し、自分自身を守ることです。インフルエンザを予防するには、まずワクチン接種が勧められますが、現時点では、新型インフルエンザのワクチンは十分量を用意することができないためワクチン接種には優先順位が決められることになっています。そのため、20歳前後のバスケットボール選手の優先順位はきわめて低く、おそらくワクチン接種を受けることは不可能だと思われます。よって選手自身ができる予防対策は、従来から推奨されています一般的な注意事項を遵守することです。すなわち、外出後の手洗いやうがいをしっかりおこない、外出時にはマスクの着用を守り、人混みや繁華街への外出を控えること、そして十分に睡眠、休養、バランスのよい栄養を摂り、日頃から体力や抵抗力を高めておくことです。また、日頃から体温のチェックをしましょう。

急な発熱や頭痛、全身倦怠、筋肉痛などの全身症状を発症したときは、他の人にうつさないようにマスクを着用して速やかに医療機関を受診してください。詳細については、添付の手引きをご参照ください。

新型インフルエンザの詳しい情報については、手引きの最終頁に記してある各ホームページをご覧ください。

2009年9月