



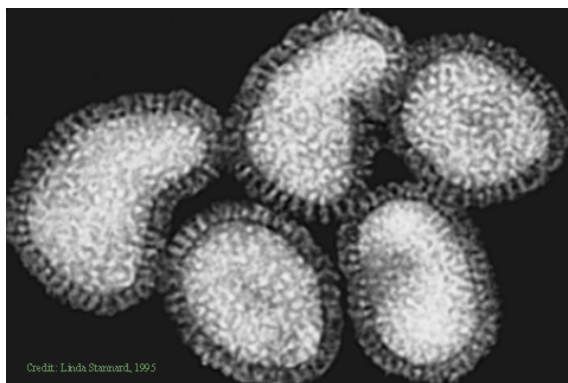
東京海上日動リスクコンサルティング(株)

危機管理グループ

主任研究員 濱口 隆史

新型インフルエンザ・感染予防策(基本編)

インフルエンザウイルスは、表面にある突起を少しずつ変化させることで、毎年型の違うウイルスによるインフルエンザを流行させている。この突起が数十年に一度大きく変化し、新型のインフルエンザが出現するわけであるが、人類にはこれに対する免疫がないことから世界的な大流行が起こる。世界の人口が約 10 億人前後であった 1918 年のスペイン風邪では、世界で罹患者 6 億人、死者 4,000 万人、日本では人口が約 5,500 万人のうち、罹患者 2,300 万人、死者 38 万人といわれている。このスペイン風邪のウイルスは、高病原性鳥インフルエンザウイルスが変異したものであることから、現在、鳥インフルエンザウイルスが人から人へ感染力を持つウイルスに変異しないか世界的に注目されている。グローバルな高速交通網が発展した今、新型インフルエンザは人類にとって大きな脅威になっている。

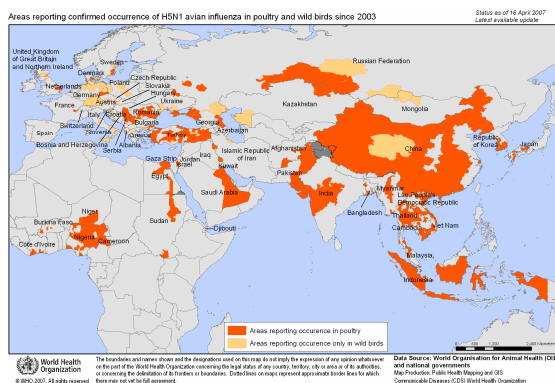


©Copyright World Health Organization

本編では、新型インフルエンザの発生前から流行中における企業が実施すべき対策のうち、一般従業員に指示すべき対策等、基本的な感染予防策を中心に記述している。感染者発生後の対応策や企業が組織だって実施するパンデミックに向けた BCP 等については触れていない点、予め了解願いたい。

1. 新型インフルエンザ対策の特徴

WHO 等が世界各地で発生している鳥インフルエンザに関する情報を 24 時間監視し、その予兆を捉える努力を絶えず行っているが、新型インフルエンザは大地震と同じで必ず発生するが、いつどこで発生するか予測できない。また、一度流行が始まれば感染地域は広大になり、大震災のように近隣の非被災地からの応援は期待できず、さらにその感染の拡大は、数週間から数ヶ月の長期間間に及ぶことが他の災害に類のない特徴といえる。



©Copyright World Health Organization

2. 新型インフルエンザ・感染予防策

国や自治体、更に一部の企業においても、新型インフルエンザの流行に備えて様々な取り組みを実施しているが、個人が適切な予防策を確実に実行することが最も効果の高い対策であり、新型インフルエンザ対策の最大の要となる。新聞やテレビ等の報道、国や自治体等からの情報に注意を払い、正しい情報を収集し、適切に行動することが個人にも求められる。

(1) 従業員に指示すべき事項

□従来型インフルエンザ予防接種（発生前&流行中）

新型インフルエンザに効果のあるワクチンは現時点では存在しない。製薬会社は新型インフルエンザウイルスが特定できたら直ちにワクチンを製造できるよう準備を整えているが、十分な量のワクチンが製造されるまでには6ヶ月程度の時間が掛かると言われている。従って当面の間は、従来型インフルエンザワクチンの予防接種を行い、従来型インフルエンザの感染を予防しつつ、新型インフルエンザに感染したか否かを早期に判定することが望まれる。つまり、従来型インフルエンザワクチンを予防接種したにも係わらずインフルエンザと似た症状が発症した場合は、「新型インフルエンザに感染した」か「ワクチンに効果がなかった」のいずれかである可能性が高く、従来型インフルエンザワクチンの予防接種を行わない場合よりも早く新型インフルエンザ感染者を把握できる。

□手洗い・うがいの励行（流行中）

手に付着したウイルスを直接取り込むことを防ぐため、手を頻繁に洗い、口、鼻、目及びその周辺に触れないようにすることは単純であるが、新型インフルエンザの感染予防には極めて重要であり、かつ基本的な対策である。また、空気中から吸い込み口腔に残っているウイルスを除去するため、うがいを行うことも大切であり、特別なうがい薬を使用しなくとも外出先から帰宅した際等は、小まめにうがいを実施する。

手洗いの際は、手首まで時間をかけて入念に洗い、使い捨てのペーパータオルやドライ乾燥とすることが望ましい。アルコールを使用する場合は、十分な量（3ml程度）を手に取り、蒸発して乾燥するまで（15秒程度）もむように洗う。



※ウイルスを覆っている脂質でできたエンベロープと呼ばれる物質を

©Copyright World Health Organization

手洗いを行うことで石鹸やアルコールで剥がし、エンベロープを失っ

たウイルスは活性を失い、感染することができなくなる。

□検温（流行中）

毎朝出勤前に検温を行い、37.5度以上である場合は自宅待機とし、必要に応じて医療機関で受診させる。37.5度未満の場合でも体調が優れない場合は、就業中は定期的な検温を義務付け、体温のモニタリングを実施させる。

□マスクの着用（流行中）

マスクはウイルスの侵入を完全に防ぐことはできないが、健常者の感染を予防したり、感染

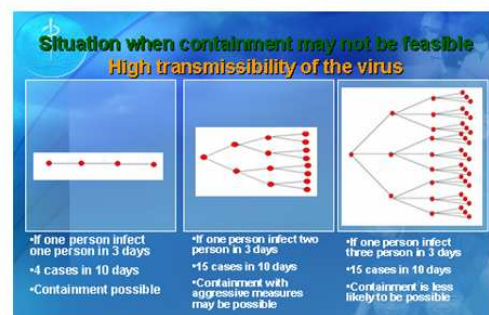
者の他人への感染を抑制する効果がある。取扱説明書をよく読んで正しく着用することが肝要である。なお、サージカルマスクは感染者を起点とする感染拡大防止に主眼をおり、N95 マスクは健常者が感染しないことを主眼にしているマスクである。

□十分な休養と栄養の摂取（発生前&流行中）

人間の身体には本来ウイルスに対抗できる力が備わっている。この本来持っている力（自然治癒力）を高めるため、規則正しい生活と十分な栄養摂取に心掛けることも、単純であるが重要な対策である。喫煙者は、呼吸器官を痛める恐れがあるため、タバコはできる限り控えることが望ましい。また、無理のない範囲でウォーキング等の軽い有酸素運動を行うことは、ウイルスを発見、撃退する白血球の活性化が期待されるので、軽い運動を推奨する。

□感染者との接触の低減（流行中）

ウイルスを撒き散らかしている人に近づかないことは効果の高い感染予防策であることから、大型ショッピングセンター等、不特定多数の人が集まる場所は避けるとともに、混雑する電車やバスの利用は控える。咳をしている人等を見かけたら 1 m 以内に近づかないようにしたい。



©Copyright World Health Organization

□食料・日用品の備蓄（発生前&流行中）

外出を控えることは、感染予防効果が高い。一方、自身が感染した場合は外出しないことが個人としての義務でもある。新型インフルエンザ流行中に物流が停滞する可能性等も考慮し、食料・日用品を中心に約 2 週間分を備蓄しておきたい。備蓄品目例は、下記（3）に記載しているので参考にされたい。

□感染の疑いがある時の行動（発生前&流行中）

新型インフルエンザはまだ発生していないため、その臨床症状については予測の域を出ないが、従来型インフルエンザによく似た症状が現れるとみられている。下記のような症状を示した場合、新型インフルエンザに感染した疑いがあると考えて行動する必要がある。

- ・ 突然の発症
- ・ 38 度以上の発熱
- ・ 咳、クシャミ、鼻水等の上気道炎症状
- ・ 悪寒、筋肉痛、関節痛、倦怠感等の全身症状

まずは、躊躇せず最寄りの医療機関で受診する。また、感染拡大防止の観点から速やかにマスクを着用し、他の従業員との接触を避ける。高病原性鳥インフルエンザの潜伏期間は 7 日といわれており、従来型インフルエンザの 2～3 日より長いことが判明している。新型インフルエンザも同様に 7 日程度と予測されており、この潜伏期間における行動経路、誰と接触したか等を記録する。なお、感染者が多く保健所による消毒業務が実質上不可能になった場合は、自社で消毒を行うことになる。

一方、近隣者に感染者が出た場合、その潜伏期間を見積もり、自身の感染の可能性を見極める必要がある。必要に応じて抗インフルエンザウイルス薬を予防的に投与したり、自宅待機

とする。

(2) 職場環境対策

□十分な湿度と室温の保持（流行中）

日本において冬季にインフルエンザが流行する要因のひとつが乾燥である。室温 22℃の場合、6 時間後に、湿度 20%では 66%のウイルスが活性を維持したのに対し、湿度 50%では 4%に激減したという報告がある。従って、加湿器等を使用して十分な湿度（50－60%）を保つことが必要になる。また、気温が低い場合は湿度が高くても空気中の水分量が少なくなるため、室温を上げる（22～23℃程度）ことも必要である。

※インフルエンザウイルスが 4℃の環境下で 30 日間活性化を失わなかったという報告もある。

□清潔な環境の維持（流行中）

常に職場内を清潔に保つよう従来以上に定期的な清掃を実施するとともに、頻繁に換気を行ったり、空気清浄機等を使用して職場内の空気を清潔に保つことが望まれる。

また、トイレ等の水周り、デスク、椅子、パソコン、電話機、作業台、ゴミ箱、空調機、空気清浄機、誰もが触れる箇所（ドアの取手、階段の手すり、エレベータ等の各種スイッチ、水道の蛇口等）の清掃・消毒にも十分に留意する必要がある。些細なことであるが、使用済みのティッシュペーパーの破棄方法についても配慮しなければならない。

□ハード対策（発生前&流行中）

多くの従業員が触れる場所についてのハード対策も大きな効果が期待できる。例えば、最も多くの従業員が触れる場所にドアノブがあるが、丸い回転式なら棒状のハンドル式に替える、セキリティの問題がなければドアストッパーで常時開いておくといった対策が考えられる。洗面所についても自動出水機能を未設置であれば、通常の衛生管理の観点からも、この機会に設置することを検討したい。また、アルコール噴霧器等を、ビル、工場の入り口等に設置することも考えられる。

(3) 防疫資材・備蓄品

必要に応じて従業員への配布を視野に入れ、備蓄することが望まれる。

□手洗い・うがい

- ・手洗い用の液体石鹸
- ・消毒用アルコール
- ・うがい薬
- ・ドライ乾燥機又はペーパータオル
- ・アルコール噴霧器

□湿度・温度

- ・湿度計、温度計
- ・加湿器

□消毒・清掃具

- ・事務機器用アルコールペーパー（OA クリーナー）
- ・ビニール袋（汚染されたごみの密封用）

□医療関係器具

- ・サージカルマスク、N95 マスク
- ・防護服、手袋、足袋
- ・ゴーグル
- ・体温計、サーモグラフィー

□インフルエンザ用薬剤等（提携医療機関等で備蓄できる場合）

- ・タミフル
- ・リレンザ
- ・インフルエンザウイルス抗原検出キット

□食料・日用品

- ・主食類（米、乾麺類、切り餅、コーンフレーク・シリアル類、乾パン等）
- ・レトルト、フリーズドライ食品、冷凍食品
- ・缶詰
- ・菓子類
- ・ミネラルウォーター、ペットボトル入りの飲料
- ・常備薬（胃薬、痛み止め、持病の処方薬等）
- ・絆創膏、ガーゼ、コットン
- ・水枕、氷枕（頭や腋下等の冷却用）
- ・漂白剤（次亜塩素酸／消毒効果）
- ・洗剤（衣類、食器等）、石けん、シャンプー、リンス
- ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、保湿ティッシュ
- ・生理用品、おむつ
等

3. 新型インフルエンザの治療法

医師の指示に従い治療を行うことが基本である。実態が不詳である新型インフルエンザを完全に治療できる医療技術や薬は存在していないため、人間が本来持っている治癒力を最大限に発揮させることが治療のポイントになる。つまり、即効性はないものの、できるだけ安静にして十分な睡眠と栄養を摂る、安静時の室内は十分な湿度に加湿するとともに適度な温度に保つ、高熱の症状がある場合は脱水症状に陥りやすくなるので水分を十分に補給する、といった基本的な処置になる。

タミフル、リレンザが代表的な抗インフルエンザウイルス薬であるが、新型インフルエンザへの効果について厚生労働省は有効であると考えているが、効果があるかは定かではないといった医療従事者の見解もある。さらに、タミフル、リレンザとも従来型インフルエンザウイルスに対して増殖を阻害して治癒を早める効果があるものの、感染した後の48時間以内に服用しなければならず服用のタイミングに柔軟性がない。従って、タミフルやリレンザが万能な薬であることを前提に様々な対策を検討することは避けたほうがよい。

対症療法としては、発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛の症状がある場合は解熱鎮痛剤、鼻水、クシャミには抗ヒスタミン剤、咳、痰には鎮去痰剤が有効である。ただし、これらの症状は身体からインフルエンザウイルスを追い出し、治そうとする身体の自然な反応である。例えば38度を越す高熱は、ウイルスが高温では増殖ができないことを知っている身体の防御作用の現れといわれて

いる。従って、薬で無理に抑えてしまうことが適切といえない場合も多々あるため、医師の処方に従うことになる。

以上、企業が新型インフルエンザ対策を実施するうえで最も基本的な事項であり、かつ最重要事項である一般従業員向けの感染予防策を記載したが、この次には従業員自身が感染した場合や職場で感染者が発生した後の対処方法、組織だって実施する BCP 等が必要な対策となる。

既に BCP 等を策定済みの企業におかれては新型インフルエンザの特殊性を考慮し、新型インフルエンザ用に改訂することが望まれる。まだ何も BCP 等を策定していない企業におかれては、この新型インフルエンザを契機に各種対策を策定することを推奨する。新型インフルエンザの BCP 等を実際に策定してみると、新型インフルエンザへの対応には際限がないことに気付かされるであろう。



(第 125 号 2007 年 5 月発行)