

かぜ症候群の 80~90%はウイルス感染が原因で、これが「ほとんどの風邪には抗生物質は無効」とされる理由です。代表的なかぜ症候群を引き起こすウイルスとしては、以下のものが知られています。

- ライノウイルス**：普通感冒といわれています。くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどが主症状で、年齢を選ばず冬の感染が多い。
- アデノウイルス**：夏に流行。プールで感染するプール熱として知られています。
- パラインフルエンザウイルス**：インフルエンザという名称が入っていますが、インフルエンザウイルスとは別のウイルスです。喉頭と下気道を起こしやすく子供がかかる場合が多い。
- RSウイルス**：気管支炎や肺炎を起こしやすく、乳幼児は重症になる場合もある。春と夏の感染が多い。
- コロナウイルス**：冬に感染しやすい。SARS はコロナウイルスの新種です。
- エコーウイルス**：約 30 種類の型があり夏季を中心に春から秋にかけて流行、発熱、上気道炎を中心とするいわゆる夏風邪です。
- エンテロウイルス**：下痢を起こしやすく、夏に流行する。
- インフルエンザウイルス C**：毒性が弱いことから、風邪と判断される場合が多い。
- ヒト・メタニューモウイルス**：老人施設などでの集団感染の原因となることがあります。

他にも多くのウイルスが風邪の原因となり、その数は 200 種類以上といわれています。ライノウイルスだけでも数百種類の型が存在するためワクチンを作ることは事実上不可能であり、どのウイルスが原因なのか診断できないのが普通です。かぜ症候群のうち、残りの 10~20%がマイコプラズマ、クラミジア、細菌感染によるものと考えられています。

- マイコプラズマ**：オリンピック熱として知られる。肺炎を起こしやすい。
- クラミジア**：オーム病が有名ですが、人から人にうつるクラミジアもあり肺炎を起こします。
- 肺炎球菌**など：市中肺炎の起原菌。

感染経路：病原体の感染経路には、

- 空気感染（飛沫核感染）**：結核、麻疹、水痘などの病原体が直径 5 μ m 以下の微小飛沫核となって長時間空中を浮遊し、空気の流れによって広範囲に伝播。
- 飛沫感染**：インフルエンザ、風疹、マイコプラズマなどの病原体が咳、くしゃみ、会話などで直径 5 μ m 以上の飛沫粒子となって飛散し、約 1m の距離内で濃厚に感染する。
- 接触感染**：いわゆる風邪、MRSA、O-157、赤痢、急性下痢症、A 型肝炎などで見られ、感染源との接触した手・体による直接接触、或いは患者に使用した物品との接触などによる感染。

治療：

- 十分な栄養と睡眠をとり、安静にして休んでおくことは基本原則。暴飲暴食、喫煙・飲酒なども避ける。
- マスクを着用する。鼻やノドの症状が出たらマスクを着用し気道粘膜が冷えたり乾燥したりしないようにする。
- 重症化する前に、内科医を受診する。

予防：

- 外出後やトイレの後などに、ぬるま湯と石鹸で 20 秒間以上かけてしっかり手を洗う。
- マスクを着用する。飛沫感染するインフルエンザなども病初期には風邪症状を呈するので、他人への感染を未然に防ぐ為にも早めのマスクの着用は大切です。