

インフルエンザとは

空気中のインフルエンザウイルスを吸い込むことによって感染します。症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、のどの痛み、咳、鼻水などもみられ、普通のかぜに比べて全身症状が強いのが特徴です。流行が始まると、短期間に多くの人が感染し、特に65歳以上の方や慢性疾患患者で死亡率が高くなります。

インフルエンザの予防

予防の基本は、流行前に予防接種を受けることです。

インフルエンザは、空気中に広がったウイルスで感染しますから、感染予防のためには人ごみを避けましょう。また、日ごろから十分な栄養や休息をとることも大事です。感染の広がりには空気の乾燥が関連しているため、室内の加湿を心がけましょう。また、外出時のマスク着用、帰宅時のうがい・手洗いをおすすめします。

インフルエンザ予防接種の有効性

予防接種の有効性は世界的にも認められ、我が国においても高齢者の発病防止や重症化防止に有効であることが認められています。

予防接種を受けてから抵抗力がつくまでには2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5ヵ月間とされています。より有効性を高めるためには、毎年、流行する前（12月中旬まで）に接種を受けておくことが必要です。

一般的には65歳以上の方は1シーズン1回の予防接種で効果がありますが、ウイルスの型に大きな変異がある場合には、2回接種することが必要です。

接種対象者

65歳以上の方及び60歳以上65歳未満の方で心臓や腎臓、呼吸器に重い病気のある方などで、ご本人が希望する場合のみ接種を行います。麻痺や認知症状などがあって同意書への署名や正確な意思の確認が難しい場合には、家族やかかりつけ医によって、慎重にご本人の接種意思の確認をし、接種適応を決定する必要があります。

予防接種を受ける前に

(1) 一般的注意

予防接種の必要性や副反応についてよく理解しましょう。わからないことがあれば接種を受ける前に担当の医師や看護師、町保健師に確認しましょう。十分に納得できない場合は接種を受けないでください。

予診票は接種をする医師にとって、予防接種の可否を決める大切な情報です。基本的には本人が責任をもって記入し、正しい情報を医師に伝えてください。

(2) 当日、予防接種を受けることができない人

- ①明らかに発熱（体温が37.5℃以上）のある人
- ②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人
急性の病気で薬を飲む必要のある人は、その後の病気の変化がわからなくなる可能性もあるので、その日は見合わせるのが原則です。
- ③インフルエンザワクチンに含まれる成分により、アナフィラキシーを起こしたことがある人
『アナフィラキシー』とは、接種後30分以内に起こるひどいアレルギー反応です。発汗、顔が急に腫れる、全身にひどいじんましんが出る、吐き気、嘔吐、声が出にくい、息が苦しいなどの症状に続き、血圧が下がっていく激しい全身反応です。
- ④その他、医師が不適当な状態と判断した人
①～③に当てはまらなくても医師が接種不適当と判断した場合は接種できません。

(3) 予防接種を受ける際、担当医師とよく相談しなくてはならない人

- ①心臓病、腎臓病、肝臓病や血液、その他の慢性の病気で治療を受けている人
- ②前にインフルエンザ予防接種を受けた時、2日以内に発熱、発疹、じんましんなどアレルギーを思わす異常がみられた人
- ③今までにけいれんを起こしたことがある人
- ④喘息や肺炎などによくかかり、免疫状態を検査して異常を指摘されたことがある人
- ⑤インフルエンザ予防接種の成分、または鶏肉、鶏卵、その他の鶏由来のものに対してアレルギーがあるといわれたことがある人

(4) 予防接種を受けた後の一般的注意事項

- ①予防接種を受けた後30分間は、急な副反応が起こることがあります。医師（医療機関）とすぐに連絡を取れるようにしておきましょう。
- ②ワクチンの副反応の多くは24時間以内に出現します。特にこの間は体調に注意しましょう。
- ③入浴は差し支えありませんが、注射した部位を強くこすことはやめましょう。接種当日は普通の生活をしてかまいませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

その他

予防接種を受けない場合

接種医の説明を十分に聞いたうえで、ご本人が接種を希望しない場合、家族やかかりつけ医の協力を得てもご本人の意思の確認ができなかったため接種をしなかった場合、当日の身体状況により接種をしなかった場合などにおいては、その後、インフルエンザにかかり、重症化し、死亡が発見しても、担当した医師にその責任を求めることはできません。

副反応が起こった場合

予防接種の後、まれに副反応が起こることがあります。また、予防接種と同時に、ほかの病気がたまたま重なって現れることがあります。

予防接種を受けた後、接種した部位が痛みや熱をもってひどく腫れる、全身のじんましん、繰り返す嘔吐、顔色の悪さ、低血圧、高熱などが現れたら、医師の診察を受けてください。そのほか、わからない時は下記へお問い合わせください。