必ずお読みください

インフルエンザの定期接種について

１．インフルエンザとは

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こります。インフルエンザにかかった人が咳やくしゃみなどをすることにより、ウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことによって感染します。

典型的な症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、のどの痛み、咳、鼻水なども見られます。普通のかぜに比べて全身症状が強いのが特徴です。気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのもインフルエンザの特徴です。

また、インフルエンザは流行が始まると、短期間に小児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込むという点でも普通のかぜとは異なります。特に６５歳以上の高齢者や慢性疾患患者で死亡率がふだんより高くなるという点でも普通のかぜとは異なります。

２．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。これは世界的にも認められている最も有効な予防法です。

インフルエンザは空気中に拡散されたウイルスによって感染することから、感染予防のため人混みは避けるようにしましょう。また、常日頃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ます。室内では加湿器などを使って加湿しましょう。外出時のマスクや帰宅時のうがい、手洗いは、普通のかぜの予防と併せておすすめします。

３．インフルエンザ予防接種の効果の持続期間

予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに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カ月間とされています。また、インフルエンザウイルスは毎年変化しながら流行するため、毎年流行が予測されるウイルスにあった予防接種を受けておくことが効果的です。

４．インフルエンザ予防接種の副反応

予防接種の注射の跡が赤みを帯びたり、はれたり、痛んだりすることがありますが、通常２～３日のうちに治ります。また、わずかながら熱が出たり、寒気がしたり、頭痛、全身のだるさなどがみられることがありますが、通常２～３日のうちに治ります。また、接種後数日から２週間以内に発熱、頭痛、けいれん、運動障害、意識障害の症状が現れる等の報告があります。

非常にまれですが、ショックやじんましん、呼吸困難などがあらわれることがあります。

５．予防接種を受ける前に

（１）一般的注意

① 法律で定められたインフルエンザ予防接種の対象者は、接種当日に６５歳以上である方および６０歳以上６５歳未満の方で心臓やじん臓、呼吸器に重い病気のある方などです（６０歳以上６５歳未満の方で、対象となるかどうかわからない場合は、串木野健康増進センターにお尋ねください)。また、**予防接種を受けることは義務ではなく、対象者本人が予防接種を希望する場合に限り接種を行います。原則として、予防接種を希望しない人には接種は行いません。**

裏面へ続きます

② インフルエンザ予防接種について、その必要性や副反応についてよく理解し、気にかかることや分からないことがあれば、予防接種を受ける前に担当の医師や看護師、市担当課（串木野健康増進センター）にお尋ねください。十分に納得できない場合には、接種を控えてください。
③ 予診票は接種をする医師にとって、接種の可否を決める大切な情報ですので、接種を受ける方が責任をもって記入し、正しい情報を接種医に伝えてください。

（２）予防接種を受けることができない人
① 明らかに発熱のある人（一般的に３７．５℃を超える場合を指す）
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ような人は、その後の病気の変化が分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 インフルエンザ予防接種に含まれる成分によって、アナフィラキシーを起こしたことがあることが明らかな人　「アナフィラキシー」というのは通常約３０分以内に起こるひどいアレルギー反応のことで、発汗、顔が急にはれる、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場合

（３）予防接種を受けるに際し、担当医師とよく相談しなくてはならない人
① 心臓血管系疾患、腎臓疾患、肝臓疾患、血液疾患などの基礎疾患がある人
② 今までに予防接種で接種後２日以内に発熱のみられた人及び全身性発疹等のアレルギーを疑う症状がみられた人
③ 今までにけいれんを起こしたことがある人
④ 今までに免疫不全の診断がされている人もしくは近親者に先天性免疫不全症の人がいる人
⑤ 間質性肺炎、気管支喘息等の呼吸器疾患がある人
⑥ インフルエンザ予防接種の成分又は鶏卵、鶏肉、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 接種後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 インフルエンザワクチンの副反応の多くは２４時間以内に出現しますので、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ることはやめましょう。
④ 接種当日はいつも通りの生活をしてもかまいませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

６．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はれた、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（医療機関）の診療を受けてください。また、万一重い副反応が生じた場合に、厚生労働大臣が予防接種法に基づく定期の予防接種によるものと認定したときは、予防接種法に基づく健康被害救済の給付の対象となります。その他、わからないときは串木野健康増進センターへお問い合わせください。

○お問合せ先　串木野健康増進センター（☎０９９６－３３－３４５０）