

インフルエンザとは

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。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、鼻水などもみられます。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。

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事です。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。

100%予防することはできませんが、重症化と死亡数を減らす事ができます。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2週間程度かかり、その効果が充分に持続する期間は約5ヶ月間とされています。毎年インフルエンザが流行する前の12月中旬までに接種を受けておく必要があります。

インフルエンザ予防接種の副反応

注射の跡が赤みを帯びたり、腫れたり、痛んだりすることがあります。通常2～3日のうちに治まります。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。これらも通常2～3日のうちに治まります。非常に稀ですが、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。他に接種後数日から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。

今年度のインフルエンザの流行予測について

今年度は南半球のオーストラリア等での流行が報告されていることより、日本でも流行することが懸念されています。

過去2年ほどは新型コロナウイルス感染症に対する予防対策の取り組み（マスク着用や手洗い、密を避けること等）がインフルエンザの流行も抑えていたと思われていますが、今年度は海外からの入国緩和で人的交流が増加し、国内へウイルスが持ち込まれると考えられています。また、過去2年間流行がなかったため、社会全体のインフルエンザに対する集団免疫が低下していること等の理由からも、インフルエンザの流行あるいは新型コロナウイルス感染症との同時流行が心配されています。

○ **接種が不適当な方（予防接種を受けることが適当でない方）**

次のいずれかに該当すると認められる場合には、接種を行ってはいけません。

1. 明らかな発熱を呈している方・・・一般的に体温が37.5度以上の場合を指します。
2. 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人
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何人
4. 以前にインフルエンザの予防接種を受けたとき、2日以内に発熱、発疹、蕁麻疹など、アレルギーと思われる異常が見られた人

※上記に掲げる方のほか、医師が接種不適当と判断したときは接種できません

○ 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）とすぐに連絡をと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、特にこの期間は体調に注意しましょう。
3. 接種後 1 時間経過すれば入浴は差し支えありませんが、注射したい部位を強くこすることはやめましょう
4. 接種当日はいつもどおり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。

*予診票が届かない場合、紛失した場合は健康増進課にご連絡下さい

問い合わせ先 名護市役所 健康増進課 健康づくり係
53-1212（内線158）