



2024.10

高齢者インフルエンザと予防接種の説明

〈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。

インフルエンザの流行は、通常、初冬から春先にみられます。

典型的なインフルエンザの症状は、突然の高熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などで、のどの痛み、咳、鼻水などもみられます。高齢者や、年齢を問わず呼吸器、循環器、腎臓に慢性疾患を持つ人、糖尿病などの代謝疾患、免疫機能が低下している人は、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。

1 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。12月中旬までには接種を済ませましょう。
外出時や帰宅時などにはこまめな手洗いを心がけましょう！！

2 インフルエンザ予防接種の有効性

高齢者では、発病防止効果は約34～55%、死亡を防止する効果は82%程度あることが報告されています。また、り患したとしても重症化の予防に一定の効果があるとされています。

3 インフルエンザ予防接種の副反応

(1) 重大な副反応

まれにショック、アナフィラキシー（じんましん、呼吸困難、血管浮腫等）があらわれることがあり、そのほとんどは接種後30分以内に生じます。

その他、ギラン・バレー症候群、けいれん、急性散在性脳脊髄炎（ADEM）、脳症、脊髄炎、視神経炎、肝機能障害、黄疸、喘息発作、急性汎発性発疹性膿疱症等があらわれたとの報告があります。

(2) その他の副反応

過敏症：まれに接種直後から数日中に、発疹、じんましん、紅斑、掻痒等があらわれることがあります。

全身症状：発熱、悪寒、頭痛、倦怠感等を認めることがあり、通常2～3日中に消失します。

局所症状：発赤、腫脹、疼痛等を認めることがあり、通常2～3日中に消失します。

4 他のワクチンとの関係

インフルエンザワクチンと他のワクチンの同時接種は、医師が特に必要と認めた場合に行うことができます。

〈裏面もご覧ください〉

5 予防接種を受ける前に

(1) 一般的な注意点

インフルエンザの予防接種について、お知らせやこの説明をよく読んで、必要性や副反応について、よく理解しましょう。気にかかることや、わ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に相談しましょう。十分に納得できない場合には、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、接種の可否を決める大切な情報です。基本的には、接種を受ける方が責任をもって記入し、正しい情報を接種する医師に伝えてください。

(2) 予防接種を受けることができない方

ア 接種当日明らかに発熱のある方(一般的に、体温が 37.5 度以上の場合をさします。)

イ 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな方

ウ 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方。卵等でアナフィラキシーを起こしたことがある方

※アナフィラキシーとは、通常接種後 30 分以内に起こる強いアレルギー反応のことです。

エ インフルエンザの予防接種を受けた時、2日以内に発熱、発疹、じんましんなどのアレルギーを疑う症状がみられたことのある方

オ 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ければならない方

ア 心臓血管系疾患、腎臓疾患、肝臓疾患及び血液疾患などの基礎疾患や呼吸器系疾患のある方

イ 薬の投与又は食事（鶏卵、鶏肉など）で発疹が出たり異常をきたしたことがある方

ウ 過去にけいれんの既往歴のある方

エ 過去に免疫不全と診断された方及び近親者に先天性免疫不全症の方がいる方

(4) 予防接種を受けた後の一般的注意事項

ア 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。

イ 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。

ウ 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。

エ 接種当日はいつも通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。

(5) 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あらわ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り、全身のじんましん、繰り返す嘔吐、顔色の悪さ、低血圧、高熱などがあらわれた場合は、接種した医師（医療機関）等の診察を受けてください。

(6) 接種回数と接種間隔

インフルエンザ予防接種は高齢者は1回接種で十分効果があるという報告があります。なお、医学的理由により医師が必要と判断する場合は2回接種して差し支えないとされています。

2回接種を行う場合、6日以上あければ接種可能です（ただし助成は1回のみとなります）。

【お問い合わせ先】

三鷹市健康福祉部健康推進課予防接種係（三鷹市総合保健センター）

TEL 0422-24-8050