



第79号 2022.10 発行

すこやか通信



東雁来すこやかこどもデイサービスセンターより毎月情報を発信します！

厳しい残暑も落ち着き、すっかり秋の陽気に変わりましたね。
食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋、と皆さんはどのような秋を過ごされていますか？

10月から インフルエンザワクチン接種が 始まりました。



主なインフルエンザ予防対策は、予防接種であることが世界的に認められています。有効率は70%程度といわれ、感染した際の重症化を防ぐことができるので、流行前のインフルエンザ予防（ワクチン）接種が有効です。

ワクチンは、効果がでるまでに接種後約2週間程度かかります。免疫力の増強効果は約5ヵ月程度なので、毎年秋に予防接種が必要です。

インフルエンザワクチンの接種はいつ頃受けるのがよいか？

日本のインフルエンザは例年12月～4月頃に流行しますので、毎年10月下旬から11月頃（遅くとも12月中旬まで）にワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

インフルエンザワクチンの接種回数について



- (1) 6ヵ月以上13歳未満の方…2回接種
(2回目のワクチン接種は、2週～4週空ける)
- (2) 13歳以上の方…通常1回接種が原則
(医師の判断で2回接種となる場合があります。)

ワクチンの効果と安全性

- インフルエンザワクチン接種によって、発病や重症化を予防できるケースが多く、結果として脳炎の予防にもなります。
- 妊娠中にインフルエンザワクチンを母親が受けると生まれた赤ちゃんにも予防効果があります。
- 生後6ヵ月より接種は可能ですが、1歳未満の乳児へのワクチン効果は証明されていませんので、乳児の周囲にいるご家族がワクチンを接種し、家族内の発症を予防することをお勧めします。

副反応等について

ワクチンを接種したとき、免疫がつく以外の反応を副反応といいます。

- ① 局所反応・・・接種した場所（局所）の赤み（発赤）、はれ（腫脹）、痛み（疼痛）など 通常2～3日でなくなります。
- ② 全身性の反応・・・発熱、頭痛、寒気（悪寒）、だるさ（倦怠感）など 通常2～3日でなくなります。
- ③ その他・・・まれではありますが、ショック、アナフィラキシー様症状（発疹、じんましん、赤み（発赤）、掻痒感（かゆみ）、呼吸困難等）が見られることもあります。卵アレルギーのある方は、医師に相談してください。
- ショック、アナフィラキシー様症状は、接種後、比較的すぐに起こることが多いことから、接種後30分間は接種した医療機関内で安静にしてください。また、帰宅後に異常が認められた場合には、速やかに医師に連絡してください。