

インフルエンザワクチンについて（2023年版）

<インフルエンザとは>

インフルエンザとは、通常は主に冬に流行するウイルス性の病気です。基本的には飛沫感染で人から人にうつる病気なので、3密を避けてマスクをする対応である程度予防できる可能性があり、ここ数年間は大きな流行はありませんでした。インフルエンザウイルスにはA型N1H1pdm09、A香港型、B型のタイプがあり、複数のウイルスが同時流行することも多く、一人の人が1シーズン中に2種類のインフルエンザに罹ることもあります。インフルエンザの感染力は強く、家族や学校、保育所、職場などで集団発生することもあります。普段かぜなど引かないと思っている丈夫な大人でも安心できません。

<症状>

熱、咳、のどの痛み、関節痛、嘔吐、下痢、頭痛など多彩な症状があります。その程度は様々で治療を受けることなく1日で解熱する人もあれば、肺炎や中耳炎を合併するあるいは、痙攣や意識障害などの症状からインフルエンザ脳症に至って重篤になることも知られています。症状だけでは、風邪かインフルエンザか新型コロナウイルス感染症かを区別することはできません。

<診断>

突然の高熱などの症状や診察した所見（のどの赤さなど）だけを根拠としてインフルエンザと正確に診断することは一般的には困難ですが、家族全員が同じ症状である、学校などでインフルエンザが流行しているなどが明らかであれば、症状だけから診断してもおそらくインフルエンザに間違いありません。鼻水を調べればインフルエンザかどうかをおよそ10分で判断できる検査もありますが、その正確さ（的中率）は流行中か否かで異なり、およそ50~95%ぐらいと考えて下さい。新型コロナウイルスかインフルエンザか、症状だけでは区別できません。確実な診断のためには検査が必要となります。

<治療>

熱や痛み、咳、鼻水に対しては、つらい症状を抑える目的で、解熱鎮痛剤やいわゆる風邪薬に相当する咳止めや抗ヒスタミン薬を使います。ただし2歳未満の小児に対しては、副作用を防ぐ観点から解熱剤以外の風邪薬はお勧めしていません。また解熱剤としては、アスピリン、ボルタレン、ポンタールなどは重篤な副作用を生じる危険性がありますので、アセトアミノフェン（商品名：カロナールなど）を処方します。

インフルエンザという診断が確実であればタミフル、リレンザ、イナビル、ゾフルーザなど抗ウイルス剤を使って早く治すこともできますが、その効果は薬を使わない人と較べて熱の持続期間が1日短くなる程度で、肺炎を合併する頻度もあまり変わりません。抗ウイルス剤の副作用は重篤なものはごく僅かですので、ご希望があれば処方します。また、年齢、発症してからの日数、痙攣の既往の有無などによっては処方できないこともあります。

<家庭では>

インフルエンザと診断されたら、何もしないで休むことが第一です。食欲がなければ3日ほどは何も食べなくても構いません。寒くない程度にしておけば、特に身体を温める必要もありません。本人が楽という状態にして下さい。痙攣があった、意識がおかしいというときには、夜中でも受診が必要です。

<予防について>

インフルエンザは飛沫感染といって咳やくしゃみなどのしぶきに含まれるウイルスで他人に感染します。人にウイルスを飛ばさないように、しぶきを吸い込まないようにという意味で、マスクの使用は大切です。咳やくしゃみのしぶきが届かない距離にいればインフルエンザには罹りません。特に乳幼児は流行期の不要な外出や人ごみに出かけるのは避けましょう。年末年始の帰省や初詣なども要注意です。外出後は手に付着したウイルスを洗い流すために手を洗いましょう。

また、他人にうつすことを防ぐという意味合いで、幼稚園や学校などでは出席停止期間が定められています。これは熱が下がったとしても、しばらくの間は他人にうつす危険性があるためです。

インフルエンザの予防接種について

インフルエンザの予防接種は、麻疹ワクチンなどに較べると予防接種を受けても発病してしまう人が多いのは事実ですが、症状を軽くすることも事実です。「究極の軽く」は「本人がインフルエンザと気づかない」、つまりかかっていないと感じる状態です。今年のワクチンには、A型 N1H1、A型 H3N2、B型山形系統と B型ビクトリア系統の合計4種類が含まれています。今年すでにインフルエンザにかかった人も、別のタイプのインフルエンザにかかることを防ぐために、接種を受けることをお勧めします。ワクチンの効果は5か月程度なので、昨年受けたワクチンの効果は期待できません。

ワクチンは、インフルエンザウイルスを鶏卵内で培養して、そのウイルスを分離し、鶏卵の成分などの不要な部分を極力取り除き、ホルマリンでウイルスを殺して病原性を示さないように変化させたものが有効成分です。製品には保存剤であるチメロサルなどの添加物がわずかに含まれています。接種量は3歳未満が1回0.25ml、3歳以上は1回0.5mlです。他のワクチンと同時接種することも可能です。

当院では、以下の方々に接種をお勧めしています。

- ・ 65歳以上の方、および65歳以上の方と同居されている人
- ・ 気管支喘息がある人（喘息がインフルエンザで悪化する恐れがあるので）
- ・ 受験生など3日以上休むことが困難な人とその家族
- ・ 学校の教師、保育士、看護師など子どもと接する仕事の人
- ・ 保育所、幼稚園、学校など集団生活をしている人
- ・ 新生児、乳幼児が同居している家族
- ・ 出産が近い妊婦

なお、崎山小児科では、0歳児についてはB型肝炎、BCG、四種混合、Hibワクチン、肺炎球菌ワクチンがすでに接種済で保育所などの集団生活に入っている人、満1歳児については上記ワクチンに加えてMRワクチンをすでに接種している人で、かつ保育所などの集団生活に入っている人をインフルエンザワクチンの接種対象として推奨します。

接種は概ね4週間間隔での2回接種(13歳以上は1回接種)を12月末までに受けることが原則です。接種料金は、1回あたり4,500円です。崎山小児科にはかかりつけの高齢者の方がおられないので、公費接種の対象医療機関としての指定を受けていません。65歳以上の方に対する接種も小児と同様に有料になりますことをご承知おき下さい。

ワクチン納入状況の都合のため、予約受付は10月3日(火曜日)の午前9時から開始します。新型コロナウイルスワクチンとの接種間隔に制限はなく、同時接種も可能です。

接種に際して、あらかじめ予診票をプリントアウトして、必要事項を記入して持参して下さい。