

インフルエンザの季節が来る前に！

予防とワクチンのおはなし

～“うつらない・うつさない”のために～



インフルエンザってどんな病気？

毎年冬に流行する感染症で、発熱・関節痛・咳・喉の痛みなどが特徴です。重症化すると肺炎・脳炎・心筋炎などの合併症を起こすこともあります。



予防接種はいつ受けるのがベスト？



10月中旬～11月中旬が理想的！
接種後2週間で効果が出始め、約5カ月持続します
早めの予約で混雑を避けましょう

インフルエンザと風邪はここが違う！

特徴	インフルエンザ	風邪
発熱	急に高熱(38℃以上)	ゆるやか(微熱)
全身症状	強い(だるさ・筋肉痛)	軽い
発症時期	冬に流行	通年

どんな人が特に接種した方がいいの？

- ▶ 65歳以上の高齢者
- ▶ 妊婦さん・持病のある方
- ▶ 小児(特に乳幼児・小学生)
- ▶ 医療・介護に関わる方



お気軽にスタッフまで
ご相談ください。

当院での接種体制

- ★ 注射型・フルミストいずれも対応(10月上旬より)
- ★ お子様連れやご家族一緒の接種も可能です
- ★ 医師が一人ひとりに最適な接種方法を提案します



ワクチンは“自分のため”だけじゃない



インフルエンザワクチンは、自分が感染して重症化しないためだけでなく、家族やまわりの人にうつさないための“**優しさのワクチン**”でもあります。自分は元気でも、か弱い誰かを守る一歩になります。今年も早めの接種をおすすめします。

医学的に学ぶインフルエンザ予防とワクチン

▶ インフルエンザはなぜ毎年流行する？

インフルエンザウイルスは毎年少しずつ姿を変える(抗原変異)ため、過去の免疫では防ぎきれないことがあります。そのため、毎年の流行が起こり、毎年のワクチン接種が重要なのです。

日本では例年11月ごろから患者数が増加し、1～2月にピークを迎えます。学童や乳幼児を中心に感染が広がり、家庭や施設内での集団感染に注意が必要です。

▶ ワクチンの仕組みと効果

ワクチンは、体に「ウイルスの情報」を覚えさせ、実際に感染したときに素早く免疫を働かせる“予行演習”のようなものです。

- 発症予防効果は50～60%、重症化予防効果は70%以上と報告されています。(厚労省、米CDCなど)
- 高齢者や基礎疾患のある方では、重症化予防が特に重要です。
- 周囲の人が接種することで「集団免疫」の形成にもつながります。

今月のピックアップ！

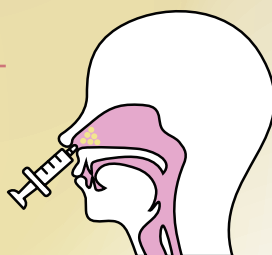
痛くないインフルエンザワクチン「フルミスト®」のご案内

スプレーでシュッ！鼻からラクラク接種

- ▶ 注射じゃない！痛くない！
- ▶ 2歳～19歳の健康な方が対象
- ▶ 毎年の注射が苦手なお子さんに特におすすめ！

特徴

接種方法	鼻にスプレーするだけ（両鼻）
有効成分	生ワクチン（生きた弱毒ウイルス）
予防効果	注射と同等と報告（国内外の研究より）
副反応	軽い鼻づまり、くしゃみ、まれに微熱など



こんな方におすすめ！

- ★ 注射が苦手なお子さま・ご家族
- ★ 痛みに敏感な方
- ★ 早めに予防対策をしたい方

▶ ワクチンの副反応と注意点

注射型 腕の腫れ、赤み、倦怠感（数日で改善）

フルミスト 鼻症状や軽い発熱が出ることがあります

どちらもアレルギーがある方は事前に医師へご相談ください

ご希望の方は… スタッフまでお気軽にお声がけください！

事前の診察・問診で適応を確認のうえ、ご案内いたします。
※在庫に限りがありますので、早めのご予約をおすすめします。

次号予告

「高血圧と季節の変化」— 秋から冬へ、
血圧が上がる理由とその対策をわかりやすく解説します —



しきファミリークリニック
Shiki family clinic



〒444-0833 愛知県岡崎市柱曙 1-10-15

お問い合わせ **0564-58-1361**

ご予約 **050-5527-4038**

WEB 予約



LINE 予約



公式 SNS も更新中！



Instagram

