

= インフルエンザ =

* インフルエンザと

風邪の違い

インフルエンザは高熱（38〜40）・倦怠感・筋肉痛などの全身症状が5日間ほど続き、気管支炎や肺炎などを併発しやすい“感染症”です。

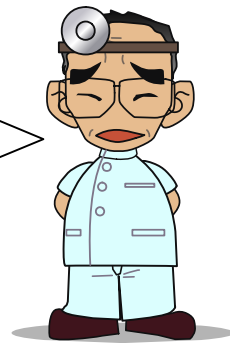
一方、風邪は、37 台の発熱で、全身症状はなく、鼻・喉の痛みが先行します。そして、合併症の併発は少ないと言われています。

予防接種を 受けましょう

インフルエンザの予防法としては、手洗いやうがい、規則正しい生活で体調を整えておくことなどがありますが、最も確実な方法は、**ワクチン接種**です。ワクチンを接種した人の多くは、インフルエンザが流行してもかかりにくく、かかっても症状は軽く、期間も短くてすみます。ワクチン接種による積極的な予防的措置は自分の健康を守るだけでない

く、さまざまな社会的メリットをもたらすことから、近年その重要性が再認識されています。

流行が始まる前の
**11月初旬～12月
下旬**には接種を！



ワクチン接種が望まれる人はどんな人？

ハイリスク者

（合併症を起しやすい人）

- ・ 65歳以上の高齢者
- ・ 老人施設入居者
- ・ 気管支喘息などの呼吸器疾患、慢性心不全、代謝性疾患（糖尿病を含む）、免疫不全、腎不全などの基礎疾患を有する成人および小児
- ・ ハイリスク者の同居家族
- ・ 医療施設の医師、看護師、およびその他の医療従事者
- ・ 老人施設などの従業員
- ・ ハイリスク者の在宅看護に従事する者

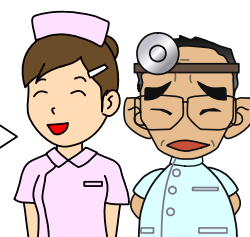
ワクチンを受けられない人もいるの？

アナフィラキシー（強いアレルギー反応によって、低血圧やけいれん、意識がなくなることなど）を起こしたことがある方
妊娠している方

前回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の見られた方

薬や食品（特に鶏卵・鶏肉）などで、発疹やじんましんが出たり、体調が悪くなったことがある方

受ける前にかかりつけのお医者さんに御相談下さい。



お大事に

予防接種を受ける

際の注意



【接種前】

身体の調子の良い時に受けて下さい。

予防接種を受ける前の日になるべく入浴をすませ、身体を清潔にしておいて下さい。

接種を受ける日の起床時に体温をはかっておいて下さい。予防接種直前にもはかります。

【接種後】

接種当日は激しい運動は避けて下さい。

接種部位を清潔に保って下さい。

接種後の健康監視に留意して下さい。

局所の異常反応や体調の変化、さらに高熱、けいれん等の異常な症状が出たときは、速やかに医師の診察を受けて下さい。

特効薬はないの？

最近では、インフルエンザウイルスに効果のある抗ウイルス薬があり、発症してから48時間（2日）以内に飲み始め、1日2回5日間の服用又は吸入することにより、ウイルスの増殖を抑制し、発熱時間と罹病期間を短縮することができます。インフルエンザが疑われる場合は、早めに病院へ行きましょう！