

(以下の内容はさいたま市のインフルエンザ定期接種用の文章を任意接種者向けにも合うように一部当院で改訂したものです)

## 1. 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とすることにより、ウィルスが空気中に拡がり、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が、ときに春期、夏期にもみられます。

典型的なインフルエンザの症状は、突然の高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛などで、のどの痛み、咳、鼻水などもみられます。普通のかぜに比べて、全身症状が強いのが特徴です。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。

また、インフルエンザは流行が始まると、短期間に小児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込むという点でも普通のかぜとは異なります。さらに、普通のかぜが流行しても死亡する人はあまり増えませんが、インフルエンザが流行すると、特に 65 歳以上の高齢者や慢性疾患患者で死亡率が高くなるという点でも普通のかぜとは異なります。

## 2. 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。これは、世界的にも認められている最も有効な予防法です。

インフルエンザは空気中に拡散されたウィルスによって感染しますから、感染予防のために、人混みは避けましょう。また、常日ごろから十分な栄養や休息を取ることでも大事です。インフルエンザ感染の広がりには空気の乾燥が関連しています。室内では加湿器などを上手に使うことで適正な湿度（50～60%）を保ちましょう。外出時のマスクや帰宅時のうがい、手洗いは、普通のかぜの予防と合わせておすすめします。

## 3. インフルエンザ予防接種の有効性

インフルエンザワクチンでは、インフルエンザ感染や発症そのものを完全には防御できませんが、重症化や合併症の発症を予防する効果は証明されています。高齢者がワクチンを接種することで、接種しなかった場合に比べて、死亡の危険を約 5 分の 1 に、入院の危険を約 3 分の 1 から 2 分の 1 にまで減少させることが期待できます。

なお、予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに 2 週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約 5 か月間とされています。より効果的に有効性を高めるには、毎年インフルエンザが流行する前に接種を受けておくことが必要です。

また、インフルエンザウイルスは毎年変化しながら流行するため、毎年流行が予測されるウィルスにあった予防接種を受けておくことが効果的です。一般的には、13 歳以上の方は 1 シーズンに 1 回の予防接種で効果がありますが、インフルエンザウイルスの型に大きな変異がある場合には、2 回接種することが必要です。13 歳未満の方は 1 シーズンに 2 回接種が必要です。

## 4. インフルエンザ予防接種の副反応

予防接種をした部分が、赤みを帯びたり、はれたり、痛んだりすることがありますが、通常 2～3

日のうちに治ります。

まれに接種直後から数日中に、過敏症として発疹・じんましん・紅斑・掻痒感などがあらわれたり、全身の反応として、わずかながら熱が出たり、寒気がしたり、頭痛、全身のだるさなどがみられることもあります。通常2～3日のうちに治ります。

非常にまれですが、ショック、呼吸困難、けいれん、肝機能障害及び急性散在性脳脊髄炎などの思い副反応が生じることがあります。 予防接種と同時に、他の病気がたまたま重なって現れることがあり、診断が難しくなります。

このような重い副反応が発生した場合に備えて、「予防接種健康被害救済制度」があります。

## 5. 接種対象年齢

予防接種法に定められたインフルエンザの定期予防接種の対象者は、満65歳以上の方及び満60歳以上65歳未満の方で心臓や腎臓、呼吸器の機能に極度の障害のある方です。 (対象となるかどうかわからない場合は、医師や保健所など(さいたま市は各区保健センター)にお尋ねください。)

それ以外の方は、任意に予防接種するかを選択してください。

予防接種法に定められた対象者でもインフルエンザの予防接種を受けることの義務はなく、ご本人が接種を希望する場合のみ予防接種を行います。また、接種を受けるご本人に麻痺などがあって同意書に署名できない場合や、認知症等により正確な意思の確認が難しい場合などには、家族やかかりつけ医によって、特に慎重にご本人の接種意思を確認する等により、接種が適切かどうかを決定する必要があります。(最終的に確認ができなかった場合には、予防接種法に基づく接種はできません。)

## 6. 予防接種を受ける前に

### (1) 一般的注意

この文章「インフルエンザとワクチンについて」をよく読んで、必要性、副反応及び予防接種健康被害救済制度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、保健所(さいたま市は各区保健センター)などに質問しましょう。十分に納得できない場合には、接種を受けることはできません。(下記、(注意)を参照のこと。)

予診票は接種をする医師にとって、予防接種の可否を決める大切な情報です。基本的には、接種を受けるご本人が責任を持って記入し、正しい情報を接種医に伝えてください。

(注意) インフォームドコンセント(説明と同意)

医師の十分な説明に基づく患者の同意をインフォームドコンセント(説明と同意)と言います。予防接種法に基づくインフルエンザの予防接種はあくまでも、ご本人の意思に基づいて受けるものなので、インフォームとコンセントがない場合には、医師は接種を行いません。接種を希望する場合もしない場合も、十分に医師から説明を聞き、理解した上で判断をしてください。

### (2) 予防接種を受けることができない人

#### ① 接種当日に明らかな発熱のある人

一般的に、体温が37.5℃以上の場合を指します。

#### ② 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人

急性の病気で薬を飲む必要があるような人は、その後の病気の変化がわからなくなる可能性もあるので、その日は接種を見合わせるのが原則です。

③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明らか  
な人

「アナフィラキシー」というのは通常接種後約 30 分以内に起こるひどいアレルギー反応のこ  
とです。発汗、顔が急にはれる、全身にひどいじんましんが出る、吐き気、嘔吐（おうと）、声が出  
にくい、息が苦しいなどの症状に続き、血圧が下がっていく激しい全身症状です。

④予防接種で接種後 2 日以内に発熱がみられた人及び全身性発疹等のアレルギーを疑う症状を呈し  
たことがある人

予防接種法上求められる安全性の確保及び健康被害を極力回避するためです。

⑤その他、医師が不適切な状態と判断した場合

上記①～④に該当しなくても医師が接種不相当と判断したときは接種できません。

(3) 予防接種を受けるに際し、担当医師とよく相談しなくてはならない人

①心臓病、腎臓病、肝臓病や血液、その他慢性の病気等を有している人

②今までにけいれんを越したことがある人

③今までにぜん息と診断されたことがある人

④インフルエンザ予防接種の成分又は鶏卵、鶏肉、その他の鶏卵由来のものに対してアレルギーが  
あるといわれたことのある人

(4) 予防接種を受けた後の一般的注意事項

①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  
連絡を取れるようにしておきましょう。

②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。

③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。

④接種当日はいつも通りの生活をしてかまいませんが、激し運動や大量の飲酒は避けましょう。

⑤65 歳以上の方のインフルエンザの定期予防接種においては、接種日時点でさいたま市に住民登録  
のない方が接種した場合や規定回数を超える接種を行った場合、また、65 歳未満で厚生労働省令  
の定める障害の基準に該当しない場合等は、接種料金は原則自己負担となります。

## 7. その他

(1) 予防接種を受けない場合

接種医の説明を十分聞いた上で、ご本人が接種を希望しない場合、家族やかかりつけ医の協力を  
得てもご本人の意思の確認ができなかったため接種をしなかった場合、当日の身体状況等により接  
種をしなかった場合等においては、その後、インフルエンザに「り患」あるいは「り患」したこと  
による重症化、死亡が発生しても、担当した医師にその責任を求めることはできません。

(2) 予防接種後、副反応が起こった場合

予防接種を受けた後、接種した部位が痛みや熱を持ってひどくはれたり、全身のじんましん、繰  
り返す嘔吐、顔色が悪い、低血圧、高熱などが現れたら、医師（医療機関）の診察を受けてくださ  
い。