

インフルエンザワクチンについて

今年もインフルエンザの流行が始まりました。インフルエンザは一般に普通の風邪より症状が重く、ときには重症化して重大な合併症を起こすことのある感染症です。罹患した場合の治療、養生はもちろん必要ですが、さらに予防が重要です。予防するには念入りな手洗い、マスクのしっかりした着用などが言われていますが、もっとも有効な手段は、予防接種（ワクチン）です。

よくワクチンを接種したのにインフルエンザに罹ってしまったという話を聞きます。実はワクチンにはウィルスの感染そのものを防ぐ効果は十分ではありません。しかし高熱、頭痛、筋肉痛、苦しい咳といったインフルエンザのつらい症状の発症を抑える効果は認められています。インフルエンザにかかってから治療を受けるより、あらかじめ予防接種をうっておいた方が症状が軽いという説もあります。インフルエンザにかかって重症化すると小児では脳炎、高齢者などでは肺炎といった重い合併症を呈することがあることが知られていますが、ワクチンによってこれらの重症化を防ぐ効果も期待できます。

特に持病もなく元気な就労者であれば、予防接種をせずにインフルエンザに罹患しても1週間くらいで回復します（4,5日は高熱が持続するかもしれません）。しかしながら周りに小さい子供や高齢者、それから受験生や妊婦さんがいる方は、周りの方の感染発症リスクを減らすためにワクチンを打つという選択肢があるかと思えます。また事業所、会社ではインフルエンザに罹ったことがわかったら出勤停止となる場合も多いと思われそうですが、仕事が忙しくて1週間も休んでいられないという方もワクチンを打っておいた方が良いということになるのではないのでしょうか。

一方ワクチンの副作用を心配する方もいるのではないかと思います。インフルエンザ予防接種の副作用で最も多いのは接種した部分の腫れ、痛みなど局所の症状と接種後の軽い風邪様の症状（微熱、鼻水）でいずれも1割程度の方におこりますが、通常は2,3日で改善します。インフルエンザワクチンは熱が出る注射という印象をお持ちの方もいるかと思いますが、現在は改良されていて高熱が出るのは100人に1~2人程度です。他にもアナフィラキシーショックやギランバレー症候群などの複雑な免疫反応など重い副作用が報告されていますが、頻度は数万人にひとり以下のまれなものとなっています。

今期のインフルエンザは例年よりかなり流行が早く訪れ、多摩東部地域でも昨年12月初旬から学級閉鎖に至った教室が出始めました。インフルエンザの予防接種は接種2週間後から効果がでて5か月程度持続します。次期の流行開始がいつからかは予測しにくいので予防接種をうける場合には11月中にすませておくことをお勧めします。



多摩東部地域産業保健センター 〒181-0013 三鷹市下連雀3-38-4 三鷹産業プラザ404
電話 0422-24-6906 FAX 0422-24-6908
e-mail sanpo@kind.ocn.ne.jp HP <http://www.sanpo-tama.jp/>