大泉 News Peper No.11　11 月号　（10 月 17 日　発行）

インフルエンザについて

毎年冬に流行るインフルエンザ。今回はインフルエンザの症状や予防法などについて情報をお届けします。しっかり予防して、元気に秋～冬を乗り切りたいものですね。

インフルエンザの症状

発熱、倦怠感、筋肉痛、くしゃみや咳、などの症状があらわれることを「発症」といいます。インフルエンザに感染してから発症するまでの期間は、個人差がありますが 1～3 日間（平均 2 日）です。

風邪かな？と思ったら早めに病院を受診しましょう。

インフルエンザの予防法

日常生活では体調を整えて抵抗力を付け、ウイルスに接触しないことが大切です。

また、インフルエンザウイルスは湿度に非常に弱いので室内で加湿器を使ったり洗濯物を室内干しにするなど適度な湿度を保つことは大切です。

他に日常で出来る予防法としては、手洗い・うがい・ﾏｽｸを着用する・人混みを避ける・十分な栄養と休息などが挙げられます。

インフルエンザの予防接種について

● 妊婦・授乳婦への接種はできますか？

→インフルエンザは不活化ワクチンであり、胎児に悪影響を及ぼすとは考えられていません。しかし、妊娠初期は自然流産が起こりやすい時期でありこの時期の接種は避けた方がよいでしょう。妊娠１２～１４週以降の妊婦でインフルエンザ感染の可能性がある場合にはワクチンの有益性を考慮して接種します。また、母乳中に移行するワクチン成分は極めて微量であり乳児に悪影響を及ぼすとは考えがたいです。

● ワクチンの接種後どのくらいで効果が現れ持続しますか？

→抗体価で評価した場合、接種後２週目頃より効果が現れ半年近く持続すると言われています。流行期の接種も可能ですが流行しているという情報が出る頃には周囲に多くの感染者が居りすでに感染を被っていることもあるかもしれません。

●予防接種後に妊娠が判明したらどうしたらよいのでしょう？

→現在のところ妊婦にワクチンを接種した場合に生ずる特別な副反応はなく、また妊娠初期にインフルエンザワクチンを接種しても胎児に異常の出る確率が高くなったというデータもないことから予防接種直後に妊娠が判明しても人工妊娠中絶をする必要はないと考えられています。

※妊娠成立に於いて、インフルエンザワクチンにおけるリスクの上昇については現在報告はありませんが妊娠をお考えの方は月経中にワクチンを接種し、その周期は避妊されたほうが良いかもしれません。

参考URL：http://influenza.elan.ne.jp/faq/faq03.php

http://www.jaog.or.jp/JAPANESE/jigyo/boshi/influenza.htm