

インフルエンザの流行に備えましょう

今年もインフルエンザのシーズンが間近となってきました。

インフルエンザは、いわゆる「風邪」とは異なり、肺炎などの重い合併症を引き起こすことがあります。流行が始まる前に、対策をとりましょう。

流行時期

毎年 11 月下旬～12 月上旬頃に始まり、冬季に流行するのが一般的です。

感染経路

咳やくしゃみなどによってウイルスが飛び散り、それを吸い込むことによって感染します。

また、ウイルスが付着したものを触った手で、口や目、鼻の粘膜を触ることで感染します。

(飛沫感染・接触感染)

症状

発熱（通常 38℃以上の高熱）、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛・関節痛などが突然現れ、咳、鼻汁などの症状がこれに続き、約 1 週間程度で軽快します。

予防

- インフルエンザから身を守るための「手洗い」
 - 石けんで手を洗ったあとは十分に流し、清潔なタオルでしっかりふきとりましょう。
 - アルコール消毒でも効果があります。その際はしっかり乾燥させましょう。
- 他の人にうつさないための「咳エチケット」
 - 咳、くしゃみのあるときは、マスクをつけましょう。
 - 咳、くしゃみをするとき、人から 1 ～ 2m 離れましょう。
 - 手のひらで咳、くしゃみを受け止めたときは、すぐに手を洗いましょう。
- 部屋は適度な湿度（50%～60%）に保ちましょう



インフルエンザワクチンについて

現在、わが国で用いられているインフルエンザワクチンは、感染や発症そのものを完全に防ぐことはできないものの、重症化や合併症などの発生を予防する効果は証明されています。

高齢者では、ワクチンを接種すると、接種しなかった場合に比べて、死亡の危険を 5 分の 1 に、入院の危険を 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、ワクチンの安全性はきわめて高いとされています。

ワクチンの持続期間

- 接種後 2 週間～5 ヶ月間の間
- 流行シーズンの前（12 月上旬頃まで）にワクチン接種を終えるのが望ましい

今年のワクチン製造株

- A/Singapore（シンガポール）/GP1908/2015（IVR-180）(H1N1)pdm09
- A/Singapore（シンガポール）/INFIMH-16-0019/2016（IVR-186）(H3N2)
- B/Phuket（プーケット）/3073/2013（山形系統）
- B/Maryland（メリーランド）/15/2016（NYMC BX-69A）(ビクトリア系統)

🔗 OBP クリニックではインフルエンザ予防接種を実施中です（予約制）

実施期間：2018 年 10 月 15 日（月） ～ （ワクチンがなくなり次第終了）

接種費用：3,500 円（税込）

予約電話番号：06-6941-8693（外来受付）

本年のインフルエンザ予防接種につきましては、「電話による事前予約」での受付とさせて頂いております。

お手数ですが、事前にご予約のうえ、ご来院ください。