

# インフルエンザと予防接種の説明書

## — 中野市 —



### <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の咳やくしゃみなどとともに放出されたウイルスを吸いこむことによって起こる飛まつ感染と、ウイルスがついた場所を触った手などを介しての接触感染があります。

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、ときには春期、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。普通の風邪に比べて全身症状が強く、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風邪とは異なります。さらに、普通の風邪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ふだんより高くなるという点でも普通の風邪とは異なります。

## 1 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。インフルエンザワクチンは、感染後に発病する可能性を低減させる効果と、インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効とされています。

インフルエンザは空気中に拡散されたウイルスによって感染しますから、感染予防のためには、人込みは避けましょう。また、常日ごろから十分な栄養や休息をとることも大切です。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使って加湿しましょう。外出時のマスクや帰宅時の手洗いは、普通のかぜの予防と併せておすすめします。

## 2 インフルエンザ予防接種の有効性

インフルエンザ予防接種の有効性は世界的にも認められています。我が国においても高齢者の発病防止や特に重症化防止に有効であることが確認されています。

厚生科学研究班による「インフルエンザワクチンの効果に関する研究」によると、65歳以上の健常な高齢者については約45%の発病を阻止し、約80%の死亡を阻止する効果があったとしています。

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ヶ月間とされています。より効率的に有効性を高めるためには、毎年インフルエンザが流行する前の12月中旬まで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イルスにあった予防接種を受けておくことが効果的です。我が国のインフルエンザ予防接種は、近年の状況をみると流行したウイルスを予防するのに効果的でありました。一般的には、13歳以上の人は1シーズン1回の予防接種で効果がありますが、インフルエンザ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。

## 3 インフルエンザ予防接種の副反応

局所症状として、接種をした場所の赤み（発赤）、はれ（腫脹）、痛み（疼痛）などがあり、接種を受けた人の10～20%に起こります。全身症状としては、発熱、頭痛、寒気（悪寒）、だるさ（怠惰感）などが見られ、接種を受けた人の5～10%に起こります。いずれも、通常2～3日のうちには治ります。また、まれですが、ショック、アナフィラキシー様症状（発疹、じんましん、呼吸困難など）が見られることがあり、そのほとんどは接種後30分以内に発生します。

そのほか、重い副反応として、ギラン・バレー症候群、急性脳症、肝機能障害、ぜん息発作などが報告されています。

ただし、報告された副反応の原因がワクチン接種かどうかは、必ずしも明らかではありません。

## 4 接種対象者など

法律で決められたインフルエンザの予防接種の対象者は、65歳以上の人および60歳以上65歳未満で心臓やじん臓、呼吸器に重い病気のある人などです。（60歳以上65歳未満の人で、対象となるかどうかかわからない場合には、中野市健康づくり課健康管理係（Tel22-2111 内線242）にお尋ねください。）

しかし、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に予防接種を行います。また、接種を受けるご本人が、麻痺などがあって希望書に記入ができない場合や、認知症などにより正確な意思の確認が難しい場合には、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の有無の確認を含め、接種適応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。）。

また、個人情報保護法の施行に伴い、接種を行うことへの同意書名にあわせて、予診票の中野市への提出についても同意書名が必要となります。なお、接種ができない場合も署名をお願いします。自署できない場合、代筆者が被接種者氏名、代筆者氏名および続柄を記入してください。

なお、予診票の提出に同意書名をいただけない場合は、公費負担の対象から外れ、自費での接種となりますのでご注意ください。

## 5 予防接種を受ける前に

### (1) 一般的注意

インフルエンザの予防接種について、この説明書をよく読んで、必要性や副反応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、中野市健康づくり課健康管理係（22-2111 内線 242）に質問しましょう。十分に納得できない場合には、接種を受けないでください（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もって記入し、正しい情報を医師に伝えてください。

#### 〈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。法律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接種を受けるものなので、インフォームド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、理解をした上で判断してください。

### (2) 予防接種を受けることができない人

#### ①明らかに発熱のある人

一般的に、体温が 37.5 度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のあるような人は、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あることが明らかな人

「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、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反応です。

#### ④以前にインフルエンザの予防接種を受けたとき、2 日以内に発熱、発疹、じんましんなどアレルギーを思わす異常がみられた人

#### ⑤その他、医師が不適切な状態と判断した場合

上の①～④に該当しない場合でも、医師が接種不相当と判断した場合は接種できません。

### (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、じん臓病、肝臓病や血液、その他慢性の病気で治療を受けている人
- ②今までにけいれんを起こしたことがある人
- ③今までに中耳炎や肺炎などによくかかり、免疫状態を検査して異常を指摘されたことのある人
- ④今までにぜん息と診断されたことがある人
- ⑤インフルエンザ予防接種の成分または、鶏卵、鶏肉、その他の鶏由来のものに対して、アレルギーがあるといわれたことがある人

### (4) 予防接種を受けた後の一般的な注意事項

- 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、特にこの間は体調の変化に注意しましょう。
- 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、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

## 6 その他

### (1) 実施時期および通知について

定期の予防接種は、市町村が行うことになっており、広報などでお知らせしています。

### (2) 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。

### (3) 副反応が起こった場合

予防接種の後、まれに副反応が起こることがあります。また、予防接種と同時に、ほかの病気がたまたま重なって現れることがあります。

予防接種を受けた後、接種した部位が痛みや熱をもってひどくはれたり、全身のじんましん、繰り返す嘔吐、顔色の悪さ、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。

また、ごくまれに重い副反応が生じることがあります。このような場合に厚生労働大臣が予防接種法に基づく定期の予防接種によるものと認定したときは、予防接種法に基づく健康被害救済の給付の対象となります。

そのほか、ご不明な点については下記へお問合せください。

〒383-8614 長野県中野市三好町一丁目3番19号  
中野市健康づくり課健康管理係  
TEL : 22-2111 (内線 242)