

インフルエンザの 予防接種を受けましょう



毎年12月から3月にかけてインフルエンザが流行します。今年も、11月から予防接種が始まります。特に高齢者や小児は、重症化や合併症を引き起こす場合もあるため、予防接種を受けられることをお勧めします。



岩美病院 内科
田中佳都代

インフルエンザと“かぜ”(普通感冒)の違い

インフルエンザと“かぜ”(普通感冒)とは、原因となるウイルスの種類が異なり、通常の“かぜ”(普通感冒)はのどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは急に38～40度の高熱がでるのが特徴です。さらに、倦怠感、筋肉痛、関節痛などの全身症状も強く、これらの激しい症状は通常5日間ほど続きます。また、気管支炎や肺炎を併発しやすく、重症化すると脳炎や心不全を起こすこともあり、体力のない高齢者や乳幼児などは命にかかわることもあります。

日常生活での予防法

日常生活ではまず、体調を整えて抵抗力をつけること、帰宅後うがいや手洗いをする、マスクをつける、人混みを避けるなど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、加湿器などを使って室内を適度な湿度に保つことも有効な予防方法です。

ワクチンによる予防

最も確実な予防は流行前にワクチン接種を受けることです。特に、高齢者や心臓や肺に慢性の病気を持つ人、気管支喘息を持つ小児などは、インフルエンザに感染すると重症化や合併症を引き起こす可能性が高いため、ワクチンを接種することが望ましいと考えられます。

ワクチン接種のスケジュール

インフルエンザワクチンは接種してから実際に効果を発揮するまでに約2週間かかります。ワクチンには2回接種と1回接種(中学生以上は1回でもよい)があり、2回接種する場合、2回目は1回目から1～4週間あけて接種します。流行期間が12～3月ですから、11月中旬頃までに接種を終えておくことより効果的でしょう。また、流行してからの接種は、抗体価が十分上がる前に感染する危険性がありますが、抗体価が上昇していれば症状が軽くなります。

インフルエンザの型とワクチンによる免疫

インフルエンザウイルスはA型、B型、C型の3つに大きく分類され、毎年流行を繰り返すごとに変異株がでていきます。特にA型は多くの変異株があり、世界的な大流行を引き起こします。B型も流行があります。C型は軽症のことが多いです。

ワクチンはAソ連型(H1N1)、A香港型(H3N2)、B型の3種類の混合ワクチンですので、新型ウイルスが出現しなければこのうちどの型が流行しても効果があります。しかし、ウイルスの突然変異がある場合は効果が低下する可能性はありますが、近年は予測技術も高まって、実際の流行とはほぼ一致しています。

新型インフルエンザ

インフルエンザのうち、A型のウイルスはヒトだけでなく、鳥やブタ、馬、鯨など他の動物にも感染します。通常はヒトからヒトへというように同種の間で感染し、ヒトが他の動物のインフルエンザにかかることはほとんどありません。しかし、インフルエンザウイルスの遺伝子情報が子のウイルスにコピーされる時に、遺伝子情報が変更され性質が変わる(変異する)ことがあります。変異によって、これまでヒトに感染しな