

## インフルエンザワクチンについて

大分大学保健管理センター

インフルエンザの流行期が近づいてきました。インフルエンザ対策として、インフルエンザワクチンの接種が推奨されていますが、当センターで行ったアンケート調査の結果、ワクチンについて正しく理解できていない人が多かったため、ワクチンの基礎知識についてまとめてみました。

### ワクチンの接種について

まず接種前に事前の説明書をよく読んで、副反応などについてよく理解して下さい。わからないことがあれば、医師や看護師に尋ねて下さい。接種した日は大量の飲酒や過激な運動は避けて注射部位を清潔にして下さい。入浴しても差し支えありませんが、接種部位を強く擦ったりしないで下さい。極めて稀ですが、アナフィラキシーショックというアレルギー反応で接種後まもなくして気分が悪くなったりする人がいるため、接種後 30 分以内は接種した医療機関と連絡がとれるようにしておいて下さい。

### ワクチンの効果について

インフルエンザウイルスは変異することが多いので、ワクチンは毎年接種する必要があります。ワクチンは A 型、B 型の両方に対応できるようになっています。ただしワクチン接種はインフルエンザの感染自体を予防するためのものではなく、感染しても重症化するのを予防するためのものです。したがってワクチンを接種していてもインフルエンザにかかる可能性がありますので、日常生活の感染予防対策（外出後の手洗い、マスクの着用、人ごみを避けるなど）はきちんと励行して下さい。またワクチンを接種しても効果が出るまで約 3 週間かかりますので、インフルエンザの流行期を考えると、11 月中の接種が望ましいと考えられます。なおワクチンの有効期間は約 5 か月間です。インフルエンザワクチンは風邪のウイルスには効きません。