

インフルエンザ予防接種が始まります

新型インフルエンザは、平成 23 年 4 月 1 日から通常の季節性インフルエンザに変わりました

●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。感染者の咳やくしゃみでウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことによって感染します。普通のかぜに比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎、脳炎・脳症などを合併することもあります。特に高齢者や慢性疾患患者、乳幼児で死亡率が高くなります。

●インフルエンザを予防しましょう

- ①予防の基本は、流行の前に予防接種を受けることです。毎年ウイルスが変化しながら流行しますが、発病予防・重症化防止の効果があります。インフルエンザの流行に備えて、12月中旬までの間に予防接種を行うことが有効です。
- ②人混みを避けましょう（マスクを着用する）
- ③日ごろから十分な栄養と休養をとりましょう
- ④室内に適度な湿度を保ちましょう
- ⑤帰宅後は手洗い、うがいをしましょう
- ⑥インフルエンザと診断を受けた場合は、外出を自粛しましょう

●予防接種を受ける前に

1. 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（37.5℃以上）
- (2) 重い急性疾患にかかっている人
- (3) 予防接種の接種液の成分によってアナフィラキシーショックを起こしたことがある人
- (4) 今まで受けたインフルエンザ予防接種で2日以内に発熱または全身性発疹などのアレルギーを疑う症状が出た人
- (5) 医師の判断で接種不相当とされた人

2. 医師へ相談した方がよい人

- (1) 心臓血管系、じん臓、肝臓または血液などに疾患がある人
- (2) 過去にけいれんの既往のある人
- (3) 過去に免疫不全の診断をされている人
- (4) 気管支喘息のある人
- (5) インフルエンザワクチンの成分または鶏卵、鶏肉その他鶏由来の物に対して、アレルギーが出る疑いがある人

3. 予防接種を受けた後の一般的注意事項

- (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）とすぐに連絡をと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) 接種後1時間を経過すれば、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。

4. インフルエンザ予防接種の副反応

予防接種の注射の跡が赤みを帯びたり、はれたり、痛むことがあります。また、わずかながら発熱や、寒気、頭痛、全身のだるさなどがみられることもあります。しかし、これらの症状は、通常2～3日のうちに治ります。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）の診療を受けてください。

●乳幼児のインフルエンザワクチンの接種量と接種間隔が平成23年10月1日から変更になりました

年 齢	接種量	間 隔
6カ月以上3歳未満	0.25ml	2～4週間あける
3歳以上	0.5ml	2～4週間あける

●平成23年度高齢者および乳幼児のインフルエンザ予防接種について

次の対象者に対して、インフルエンザ予防接種の公費負担（一部自己負担）を実施します。なお、インフルエンザの予防接種を受けることは義務ではありませんので、接種を希望する人のみ実施してください。

また、高齢者のインフルエンザ予防接種に関して、本年度から対象者への個別通知は行いませんので、本紙および市ホームページなどで確認してください。

	高 齢 者	乳 幼 児
予防接種の種類	予防接種法に基づく予防接種です。接種により健康被害が起きた場合は、予防接種法に基づく健康被害に対する給付の対象となります。	予防接種法に基づかない任意の予防接種です。接種により健康被害が起きた場合は、島原市が加入する保険と、医薬品医療機器総合機構法に基づく救済制度での対応となり、このことに同意した人のみ接種が受けられます。
対象者	<ul style="list-style-type: none"> 接種日に65歳以上の人 接種日に60歳以上65歳未満の人で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいをする人 	接種日に生後6カ月から就学前までの乳幼児
実施期間	平成23年10月1日から平成24年2月29日まで	
実施場所	市内の指定医療機関（次ページ参照）、または県内のかかりつけの医療機関	島原市（次ページ参照）、雲仙市、南島原市内の指定医療機関
	※予防接種を受ける前に、必ず <u>予約</u> が必要です	
助成回数	1回 (市の助成は1回のみです)	2回 (2週間から4週間の間隔をあけてください)
自己負担額	1000円	1回につき1500円
	※生活保護世帯の人は無料です（島原市役所 福祉保健総務グループ発行の証明書を必ず医療機関へ提出してください。発行手数料は無料です）	
持参品	保険証、健康手帳、自己負担金	保険証、母子健康手帳、自己負担金

●島原市指定医療機関

医療機関名	電話番号	高齢者	乳幼児	医療機関名	電話番号	高齢者	乳幼児
有明共立診療所	68-0269	○	○	島原保養院	62-2969	○	
池田病院	62-5161	○		しろたに内科クリニック	65-0222	○	○
石橋こどもクリニック	65-0008	○	○	たかお循環器科・内科	62-6300	○	○
稲田産婦人科医院	63-1251	○	○	高城病院	62-3105	○	
稲田整形外科医院	62-6355	○	○	ストレスクリニックウイング	62-0030	○	
伊東外科医院	63-0288	○	○	土井外科胃腸科医院	62-6305	○	○
いとう整形外科	61-0110	○		林内科医院	62-6657	○	○
魚住医院	63-2286	○	○	原田形成整形外科医院	64-3939	○	○
内田医院	62-7733	○	○	松岡病院	62-2526	○	
おかもと内科	65-0500	○		水田小児科医院	62-7177	○	○
かわはら内科胃腸科医院	62-5413	○	○	宮崎医院	62-2258	○	○
喜多内科医院	62-5101	○	○	宮田小児科医院	62-5045	○	○
貴田神経内科呼吸器科内科病院	68-0040	○	○	八尾病院	62-5131	○	○
木下内科医院	64-5851	○	○	山口外科胃腸科医院	62-3200	○	○
くすのきクリニック	68-5500	○	○	山崎産婦人科医院	64-1103	○	
酒井外科胃腸科医院	62-6655	○		島原マタニティ病院	62-7111	○	
坂本内科医院	63-4641	○	○	わたなべ内科クリニック	62-1515	○	○
柴田長庚堂病院	64-1111	○	○				

●インフルエンザQ&A

Q：インフルエンザにかかったらどうすればよいのですか？

A：自分の体を守り、他の人にうつさないために、

- ・具合が悪ければ早めに医療機関を受診しましょう。
- ・安静にして、休養をとりましょう。特に、睡眠を十分にとることが大切です。
- ・水分を十分に補給しましょう。お茶やスープなど飲みたいもので結構です。
- ・咳・くしゃみなどの症状のある時は、周りの人へうつさないために、マスクを着用しましょう。
- ・人混みや繁華街への外出を控え、無理をして学校や職場などに行かないようにしましょう。

Q：インフルエンザにかかったら、どのくらいの期間外出を控えればよいのでしょうか？

A：一般的に、インフルエンザ発症前と発症してから3～7日間はウイルスを排出するといわれています。そのためにウイルスを排出している間は、外出を控える必要があります。

排出されるウイルス量は解熱とともに減少しますが、解熱後もウイルスを排出するといわれています。排出期間の長さには個人差がありますが、咳などの症状が続いている場合には、不織布製マスクをするなど、周囲への配慮が望まれます。

参考までに、学校保健安全法では「解熱した後2日を経過するまで」をインフルエンザによる出席停止期間としています（ただし、病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるときは、この限りではありません）

[厚生労働省ホームページより]

●インフルエンザ予防接種に関する問い合わせ先

島原市保健センター ☎64-7713