

ほんと 保健室



そろそろ・・・

インフルエンザの流行しはじめる時期です！

インフルエンザにかからないようにするために、うがい、手洗い、生活リズムを整えるなどの日常生活の予防を行い、さらに予防接種を受けることをお勧めします

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週間程かかります。ワクチンには2回接種と1回接種（中学生以上は基本的には1回です）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。

平均的な流行期間を12月～3月と考えると、11月下旬頃までには接種を終えておくにより効果的です。また、流行してからの接種は、抗体価が十分に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。

ワクチン接種のスケジュール

10月	11月	12月	1月	2月	3月
第1回・第2回					
ワクチンの有効期間					
インフルエンザの流行時期					

一般に言われるかぜに比べて
インフルエンザは症状が
重いので注意が必要です！

	うつりかた	発病	さむけ	熱	からだの痛み
かぜ	 あまり多くの人にうつらない	 ゆっくり進む	 かるい	 あまり高くない	 弱い
インフルエンザ	 多くの人にうつる	 早くすすむ	 ひどい	 38～40度の高熱がでる	 強い

