

Q&A インフルエンザ： あなたが知っておくべきこと

2024年夏号
第16巻

人々は「インフルエンザ」を些細な問題と考えることが多いですが、現実には、米国では毎年、インフルエンザの流行によって年間数千から数万人が死亡し約20万人が入院しています。他のワクチンに比べて効果が劣るとはいえ、ワクチン接種は、個人、家族、地域社会をインフルエンザの被害から守る最も安全で効果的な方法です。そのため、ほとんどの生後6ヶ月以上の方はインフルエンザワクチンの接種を受けることができ、また受けるべきです。地域社会が一丸となってこの推奨に従うことで、何千人もの命を救える可能性があります。

Q. インフルエンザ (flu) とはなんですか？

A. インフルエンザ (flu) は鼻、のど、気管、肺に感染するウイルスです。とても感染しやすいウイルスで、咳、くしゃみ、会話を交わすことなどを介して、簡単に人から人へ感染します。通常、インフルエンザ感染症は毎年10月から4月にかけて発生します。

Q. インフルエンザはどんな症状が出ますか？

A. インフルエンザの典型的な症状は、発熱、悪寒、筋肉痛、鼻詰まり、咳、鼻水、呼吸困難などです。新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の原因ウイルスを含む他のウイルスもインフルエンザと類似した症状を示すことがあります。

インフルエンザウイルスは、特に65歳を超える高齢の方において、重度で致死的な肺炎を引き起こす一般的な原因です。インフルエンザに関連して亡くなる方の多くは高齢の方ですが、残念なことに、毎年、約50~150人の子どもがインフルエンザで亡くなっています。4歳未満の小児は、高熱、喘鳴、クループ、肺炎などで入院が必要になることが多くあります。

インフルエンザはウイルスなので、抗生物質では治療効果が得られません。何種類かの抗ウイルス薬は処方薬として入手できますが、全ての型のインフルエンザに効果を示すわけではなく、また、感染早期に投与しないと最良の治療効果は得られません。

Q. 誰がインフルエンザワクチンの接種を受けるべきですか？

A. インフルエンザワクチンは、生後6か月以上のほぼ全ての人に接種が勧められています。9歳未満の子どもで、過去にインフルエンザワクチンを接種したことがない、または接種歴が不明な場合は、4週間あけて2回の接種が必要です。



Q. インフルエンザワクチンは有効ですか？

A. 通常、インフルエンザワクチンは接種を受けた100人中約70人を中等症から重症のインフルエンザ感染症から守ります。ワクチンがインフルエンザ感染症を完全に予防できなかったとしても、病気の期間や重症度を軽減します。

Q. いつインフルエンザワクチンの接種を受けるべきですか？

A. ワクチンの接種はワクチンの供給が可能になる秋から開始するべきです。インフルエンザの発生は2月や3月の遅い時期にピークをむかえる場合が多いので、ワクチンの接種はシーズンを通して行われるべきです。

Q. 昨年インフルエンザワクチンを接種していても、今年、また接種が必要ですか？

A. はい。今シーズンのワクチンを接種することは有益で、それには幾つかの理由があります。まず、一部の人はワクチンを接種したにも関わらず予防効果が出ない場合があるので、追加接種によって予防効果を得る確率が高まります。また、特に高齢者においては抗体価が徐々に低下するため、追加接種はインフルエンザが流行する前に抗体価を増加します。最後に、一部のインフルエンザウイルスは一年ごとに変異することがあるため、前年の予防接種や自然罹患では予防効果が得られません。

Q. インフルエンザワクチンは安全ですか？

A. はい。インフルエンザワクチン注射は、接種部位の疼痛、発赤、圧痛、また筋肉痛、微熱の原因となることがあります。インフルエンザの予防接種は、ウイルスの一部 (個別のタンパク質) または死滅した (不活化された) ウイルスのみを含んでいるため、インフルエンザを発症させることはありません。

経鼻ワクチンは、鼻水、鼻づまり、のどの痛みを引き起こす可能性があります。経鼻ワクチンに含まれるウイルスは生きていますが、弱毒化されているため、鼻の中では繁殖できますが、肺の中では繁殖できません。したがって、このワクチンもインフルエンザを引き起こすことはありません。

殆どのタイプのインフルエンザワクチンは鶏卵を使用して製造されており、一部の人は鶏卵に対して重度のアレルギーがありますが、通常ワクチンに含まれる卵タンパク質の量は重度のアレルギー反応を引き起こすには不十分な量でしかありません。しかし念のため、鶏卵アレルギーを有する人は、接種後30分間予防接種をした場所に留まってください。

続く

Q&A インフルエンザ： あなたが知っておくべきこと

Q. インフルエンザワクチンはどのように製造されていますか？

A. インフルエンザワクチンにはいくつかの種類があります。

不活化インフルエンザワクチン—このタイプは、3種類の異なるインフルエンザウイルスを鶏卵で（個別に）培養し、精製した後、ホルムアルデヒドで完全に不活化することにより製造されます。注射で投与されるこのタイプが最も多く使用されています。生後6か月以上を対象に接種可能です。

細胞培養型インフルエンザワクチン—このタイプは注射で投与され、不活化ワクチンと同様の方法で作られます。ただし、ウイルスは鶏卵（鳥の細胞）で培養されているのではなく、哺乳動物細胞を使用して培養されています。鶏卵培養タイプと比べて卵タンパク質の含有量が少ないという点で技術的に優れています。生後6か月以上を対象に接種可能です。

遺伝子組み換えインフルエンザワクチン—このタイプはヘマグルチニンというウイルスの表面タンパク質を1種類のみ含んでいます。ヘマグルチニンの遺伝子を昆虫ウイルスに挿入することにより、大量のヘマグルチニンタンパク質が産生されます。このタンパク質が精製されワクチンとして使用されます。このタイプは卵タンパク質を全く含まない初のインフルエンザワクチンであるという点で技術的に優れています。注射として18歳以上を対象に接種可能です。

弱毒生インフルエンザワクチン—経鼻噴霧型として投与されるこのタイプは、鼻では増殖しますが肺では増殖できない弱毒化生インフルエンザウイルスが含まれています。このワクチンは2歳から49歳までの人が接種可能です。特定の健康状態にある方は、このワクチンを受けられない場合があります。詳細については医師にご相談ください。

弱毒化インフルエンザ生ワクチンを除き、他の種類のそれぞれの一部の用量は「高用量」と呼ばれます。65歳以上は、可能な限り高用量を接種することが推奨されます。高用量は老化した免疫システムを強固な免疫へと発展させ、この世代の人々をより効果的に保護します。高用量が入手できない場合でも、通常量でもある程度の予防効果が得られるため、この世代の人々は入手可能なタイプのワクチンを接種するべきです。

知っていましたか？長年にわたり、インフルエンザワクチンは4種類のインフルエンザを予防していました。2つはA型インフルエンザウイルス（パンデミックを引き起こす可能性のある種類）、2つはB型インフルエンザウイルスでした。しかし、2024～2025年のインフルエンザワクチンからは、予防できるのは3種類のインフルエンザウイルスになります。これは、2020年初頭以来、B型インフルエンザウイルスの1つの発生がみられなくなったためです。世界中で誰も感染していないため、私たちはもはやこのタイプから身を守る必要はなくなりました。将来的には別のB型インフルエンザウイルスが流行し、4種類のインフルエンザワクチンに戻る可能性があります。現時点では、毎年のワクチンに含まれる種類を減らすことができます。

この情報はChildren's Hospital of PhiladelphiaのVaccine Education Centerによって提供されています。当センターは親御様や医療専門家の方々のための教育情報源であり、感染症の研究および防止に注力する科学者や医師、および親御様から構成されています。Vaccine Education CenterはChildren's Hospital of Philadelphiaの基金教授陣によって資金提供されています。当センターは製薬会社からの援助を受けていません。The Center gratefully acknowledges Yukitsugu Nakamura, Hiroyuki Aiba, Tomohiro Katsuta for translation of this information. ©2024 Children's Hospital of Philadelphia. 24271-05-24.

Q. 妊婦はインフルエンザワクチンを接種できますか？

A. はい。妊婦は妊娠中にインフルエンザ、Tdap、およびCOVID-19のワクチンを受けることが推奨されています。妊婦はインフルエンザ（およびCOVID-19）に感染した場合、合併症や入院の可能性が高くなるため、ワクチン接種は重要です。

その上、インフルエンザワクチンを接種した妊婦から産まれた赤ちゃんは、ワクチンが接種できるようになる生後6か月以前であっても、インフルエンザにかかりにくいということが複数の研究で証明されています。COVID-19のワクチン接種後にも同様の結果が得られています。Tdapは妊娠後期に投与されるため、新生児がワクチンを接種できるようになるまでの数か月間、重症または致死的な百日咳から守ってくれます。

Q. インフルエンザワクチンはチメロサルを含んでいますか？

A. 多人数用の不活化インフルエンザワクチン注射剤の一部には、依然としてチメロサルという名称で知られる水銀を含む防腐剤が極少量含まれています。しかし、ワクチンに含まれる量では有害にはなりません。インフルエンザ感染症は重篤な症状と死亡の原因となるため、ワクチン接種の有益性は明らかにチメロサルの理論上のリスクを上回ります。

Q. 手を洗ったりインフルエンザを発症している人に近づかないことにより、ワクチン接種やウイルスへの暴露を回避することができますか？

A. 慎重な手洗い、咳やくしゃみの際に口を覆うこと、発症時の自宅療養は、インフルエンザ感染の拡大予防に役立ちますが、他の人が同じようにしてくれるとは限りません。更に、インフルエンザに罹患した人は実際の症状が出現する1～2日前からウイルスを排出し始めるので、罹患した人の中には感染を広げていることに気づいていない人もいます。COVID-19でも同様のことが発生していました。

したがって、これらの対策はインフルエンザに罹患する可能性を減らすことができますが、インフルエンザ感染予防には限度があります。実際、特定の疾患を確実に予防する方法としては、ワクチン接種がその病気の既往歴により免疫力を獲得するしかなく、ワクチン接種の方が常に安全で良い選択となります。