



秋の体調管理



秋は体調を崩しやすい季節。昼夜の気温差が大きく、体が冷えやすくなります。空気の乾燥で喉や粘膜が弱くなり、また夏の疲れが出やすく免疫力も下がりがちに 😞

そこで、この時期から体調管理を整えて、冬の感染症シーズンをみなさま元気に過ごしましょう！！

◎インフルエンザの予防接種について、いつがおすすめ？

接種から2週間後くらいで抗体ができ、効果のピークは約1カ月後から5カ月間持続します。インフルエンザの流行時期は12月～3月でしたが、最近は1年を通して感染がみられます。一般的には10月～11月の摂取をおすすめします。



◎予防接種をしたら感染しない？



ワクチン接種で完全に感染を予防する事はできません。しかし、重症化を防ぐ効果は期待できます。

◎予防接種を検討したい方



高齢者の方、妊婦さん、お子さま、持病のある方（心臓・肺・腎臓の疾患など）、医療従事者や介護に関わる方、学校や保育園で勤務されている方など

◎予防接種の注意点



体調の良い時に受けましょう。発熱や強い体調不良がある場合は延期。

接種後30分程度は安静にし、副反応（アレルギー反応や体調不良）がないか確認しましょう。

◎インフルエンザワクチンには点鼻と注射があります

注射型（不活化ワクチン）

対象年齢：生後6カ月以降の乳児から高齢者

効果の持続：約5カ月前後

特徴：日本で一般的に使用されているタイプ。

副反応は注射部位の痛みや発赤が主。

点鼻型（生ワクチン、経鼻スプレー）

対象年齢：主に2歳～18歳未満の子どもに推奨

効果の持続：注射と同程度

（ただし発症予防効果は年によって差がある）

特徴：痛みが少ない、副反応は鼻水・鼻づまりなど。

☆インフルエンザの予約は9月下旬から始まる人が多いです、ご検討ください☆

ピュアタウン薬局公式 LINE のご紹介

よろしければこちらのQRコードから **お友達登録** をお願いいたします。

LINEによる『処方せん予約』や『健康やお薬についての相談』など、

便利な機能をお気軽にご利用くださいませ 🍬

PURE TOWN

