



あしたば薬局便り vol.119 2022.10

＊ ＊ 今年はインフルエンザが流行するらしい？ ＊ ＊

はじめに・・・

日本では例年12月頃からインフルエンザが流行し始め、年明けの1～2月にピークがきます。しかし、新型コロナウイルスが出現した2020年3月から、インフルエンザの発生数は例年と比べ物にならないくらい少なかったのです。

では今年はどうなるのでしょうか？



今年のオーストラリアでは、例年より早くインフルエンザが認められていることから、**日本でも早く流行することが予測されています。**

(南半球のオーストラリアは北半球の日本と季節が真逆であるため、現在のオーストラリアでの感染症の流行状況は、今年の日本の冬の流行を予想する上で参考になると言われています)

大変だ！
ぼくたちにできることはなにか？



対策をして、予防していこう！

新型コロナウイルス感染症対策の影響で、

- ①インフルエンザに対する免疫力が低下している
(過去2年間で感染者数が少なかったため)
- ②感染症対策の意識が低下している



私たちができることは、

- 免疫力を高める食材を摂り入れたり、運動をする
(例) 体を温める食材・レシピを摂り入れた食事、軽いウォーキングや体操
- 継続した、手洗い・マスク・咳エチケットの励行

- ワクチン接種・・・ぜひ接種してほしい対象者は65歳以上の高齢者、5歳未満の子供、年齢に関係なく慢性の持病のある方などです。

- ・13歳以上の方は、原則1回接種です。
ただし、医師が特に必要と認める場合は1～4週の間隔で2回接種します。
- ・生後6か月以上13歳未満の小児は2～4週の間隔で2回接種です。



風邪と比べて、インフルエンザは**重症化**しやすく、**感染力も強い**です。新型コロナウイルスと同じように周りの状況をよく判断して、**ワクチンなどで重症化を予防しつつ、感染対策をおこなっていきましょう！**



あしたば薬局ではお薬の配達をしています。調剤もできるかぎり希望を取り入れています。お薬の相談などありましたら、担当の薬局職員にお声かけ下さい