

NF 通信

ice arther

Vol.18



column

01

専門家コラム

西村医院 小児科医師 瀧上 佐智子さん



この冬はインフルエンザが驚異的な猛威を振るっています。

基本的な予防策はワクチン接種が第一です。あとはコロナ対策と同じ「混雑した場所を避ける、手洗い、咳エチケット、十分な睡眠とバランスの取れた食事で免疫力を高める」事が大切です。今回はインフルエンザワクチンのタイプについてお話しします。これまでインフルエンザワクチンは注射型のワクチンが使われてきました。感染力を失わせたウィルスの成分を使う「不活化ワクチン」で4種類のインフルエンザウィルスに対応できるワクチンです。6ヶ月の乳児から接種ができます。接種をする時痛みを伴うので子どもの接種はちょっとだけ大変です。今シーズンから新たに供給が始まった「経鼻ワクチン」は2～18歳が対象で左右の鼻腔に1回ずつスプレーします。(トロツとした液体に近いです)。病原性を弱めた「弱毒生ワクチン」で3種類のインフルエンザウィルスに対応しています。いずれも血液中にインフルエンザウィルスを攻撃する抗体が作られます。経鼻ではさらに鼻や喉の粘膜にも抗体が作られるので、感染を抑える効果が長く続く事が期待されています。ただしワクチン由来のインフルエンザを発症する恐れもあるので、免疫不全や免疫を抑える治療を受けている人、妊婦には接種できません。

インフルエンザワクチンで感染を完全に予防する事は出来ませんが重症化(脳炎、肺炎など)は防ぐ事ができます。メリットとデメリットをよく考えてワクチン接種を考えてみてください。

column

02

NFリレーコラム

渡辺 幸希さん

私は、娘が出来るようになった事を褒めるようにしています。褒める事で、親子の信頼関係を築くことができると考えています。初めて歩けるようになった時に「すごいね！」と拍手をしたり、ご飯を全て食べる事が出来た時に「さすがだね！」と頭を撫でたりなど、褒め方にも様々ありますが、娘が何か少しでも成し遂げた事があれば大袈裟に褒めます。

娘は今年の1月に1歳の誕生日を迎えたばかりで、大人が話す言葉を全て理解できませんし、娘自身が発する言葉もたまに出てくる単語でしかありません。明確なコミュニケーションが出来ないからこそ、褒める動作や目を見て対話することを意識して、娘の成長と向き合っていきたいと思います。



あなたも投稿してみませんか
採用者には、こども商品券贈呈！

