

インフルエンザとは何でしょうか？



インフルエンザ、または流感のウィルスは、非常に感染力が強く、人によっては重い症状を引き起こすことがあります。

インフルエンザで重症化するリスクが最も高いのは、幼児、高齢者、妊婦、アボリジニおよびトレス海峡諸島民、そして糖尿病、肺疾患、心臓疾患などの持病を持つ人々です。

インフルエンザウイルスは毎年変化します。場合によっては、入院が必要になったり、死亡に至ることもあります。毎年インフルエンザワクチンを接種することは、自分自身と周囲の人々をインフルエンザから守る最善の方法です。

2026年には、クイーンズランド州のすべての住民がインフルエンザワクチンを無料で簡単に受けられます。2026年には、2～17歳（18歳になる前）の子供を対象とした点鼻スプレー型ワクチンも利用可能になります。

症状

通常、ウイルスに感染してから数日後にインフルエンザの症状が現れます。

症状には以下のようなものがあります。



熱



筋肉痛または関節痛



喉の痛み



疲れ



空咳



吐き気（気分が悪くなる）、嘔吐、下痢（ゆるい便や水っぽい便）は、主に子供に見られます。



頭痛



高齢者によく見られる症状として、混乱や息切れなどがあります。

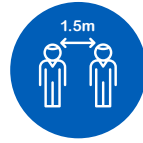
感染経路

感染者が咳やくしゃみをする際、肘やティッシュで口や鼻を覆わないと、インフルエンザが広がる可能性があります。ウイルスが付着した汚れた表面に触れた後、口、鼻、目を触ることで感染が広がる可能性があります。

インフルエンザの感染拡大を防ぐ方法



毎年インフルエンザの予防接種を受けましょう。



咳やくしゃみをしている人からは距離を置きましょう。



手を石鹸と水で洗いましょう。
または、アルコールベースの手指消毒剤を使用してください。



よく使う場所の表面は、清潔で濡らしたタオルで拭いてください
その後、乾かしてください。



具合が悪い場合は、家で休んでください。



口や鼻に触れたものを共有しないでください。



咳やくしゃみをする際は、ティッシュペーパーか肘で鼻と口を覆ってください。

治療

インフルエンザにかかってしまっても、症状を和らげるためにできることがいくつかあります。例えば次のようなことです。

- 休息
- 水をたくさん飲む
- 症状を軽減するために鎮痛剤を服用する。

重症化するリスクが高い場合は、医師から抗ウイルス薬を処方してもらえる可能性があります。

無料のインフルエンザ予防接種を受けられる場所

クイーンズランド州の住民は、メディケアカードの有無に関わらず、インフルエンザワクチンの接種を無料で受けられます。かかりつけ医によっては、診察料を請求する場合があります。薬局、地域の医療クリニック、またはアボリジニおよびトレス海峡諸島民向け医療サービスでもワクチン接種を受けることができます。[ワクチン接種を受けられる場所を確認しましょう。](#)

さらに詳しい情報をお探ですか？

詳細は [Vaccination Matters](#) のウェブサイトをご覧ください。
無料のインフルエンザワクチン接種についてご質問がある場合は、かかりつけ医にご相談いただくか、**13 HEALTH (13 43 25 84)** に電話して看護師にご相談ください。
通訳が必要な場合は、遠慮なくお申し付けください。無料です。



無料のインフルエンザワクチンに関する詳細情報や、ご自身の言語で利用できる資料は、「[クイーンズランド州インフルエンザ情報](#)」で検索するか、こちらのQRコードをご利用ください。



[flu facts qld](#)

[詳細はこちら](#)