

# インフルエンザワクチン:「注射」と「フルミスト®」どちらを選ぶ?

## 予約の前に知っておきたいポイント

2歳以上19歳未満のお子さんでは、注射の不活化ワクチンと、鼻から接種するフルミスト®の両方が選択肢になります。予防効果に明確な優劣は確認されていません。年齢、持病、ご家族の状況、接種回数や注射への不安などを考えて選びましょう。

### まずは、違いを比べてみましょう

| 比較ポイント   | 注射ワクチン                   | フルミスト®               |
|----------|--------------------------|----------------------|
| 対象年齢     | 生後6か月以上                  | 2歳以上19歳未満            |
| ワクチンの種類  | 不活化ワクチン                  | 弱毒生ワクチン              |
| 接種方法     | 腕に注射                     | 左右の鼻に噴霧              |
| 接種回数     | 13歳未満:原則2回<br>13歳以上:原則1回 | 年齢にかかわらず<br>1シーズン1回  |
| 痛み       | 注射の痛みがあります               | 針を使わないため注射の痛みはありません  |
| よくみられる反応 | 注射部位の赤み・腫れ・痛み、発熱、だるさなど   | 鼻水・鼻づまり、咳、のどの痛み、発熱など |

### こんなお子さんは、選ぶときに特に確認してください

#### 注射ワクチンを選ぶのが基本となる場合

- 2歳未満(フルミスト®の対象年齢外)
- 喘息がある
- 免疫不全、免疫を抑える治療を受けている
- 無脾症、ミトコンドリア脳筋症、ゼラチンアレルギー、中枢神経系のバリアー破綻がある
- 妊娠している
- 身近に重い免疫不全の方がいる

#### フルミスト®が選びやすい場合

- 2歳以上19歳未満で、左記の注意事項に該当しない
- 注射への恐怖や痛みへの不安が強い
- 13歳未満で、1シーズン2回の注射が負担になる
- 鼻への噴霧を受け入れられる

※ 喘息などがあるからといって、インフルエンザワクチン自体を受けられないという意味ではありません。フルミスト®より注射ワクチンが適している場合があります。

### 予約するときの簡単チェック

- ☐ お子さんは2歳以上19歳未満ですか?
- ☐ 喘息、最近のゼーゼーはありませんか?
- ☐ 免疫機能に関する病気・治療はありませんか?
- ☐ 無脾症、ミトコンドリア脳筋症、ゼラチンアレルギー、髄液漏などはありませんか?
- ☐ ご家庭など身近に、重い免疫不全の方はいませんか?
- ☐ 注射の痛み・接種回数と、鼻への噴霧のどちらをお子さんが受け入れやすいですか?

### 迷った場合は、予約前または接種前にご相談ください

持病や治療内容によって適したワクチンが異なることがあります。最終的な接種可否は、接種当日の体調も含めて医師が判断します。

## くわはらこどもクリニック

参考: 日本小児科学会「2025/26シーズンのインフルエンザ治療・予防指針」・「経鼻弱毒生インフルエンザワクチンの使用に関する考え方」・予防接種スケジュール 2026.4.1版