

健康ステップアップ

2021年6月16日

北星学園大学医務室

第70号

知っておこう！新型コロナワクチン

日本でも新型コロナワクチン接種が進み、職域や大学での接種が一部で開始されました。近いうちに私たちにも接種の機会が訪れます。今から新型コロナワクチンについて予習してみましょう。

新型コロナワクチンについて

- ・発熱やせきなどの症状が出ること（発症）を防ぎます。
- ・発症予防効果はファイザーで95%、モデルナで94.1%です（インフルエンザワクチンは50%です。）
- ・接種後の副反応として接種部位の痛み、頭痛・倦怠感、筋肉痛などが現れます。
- ・ごくまれに、接種後のアナフィラキシー（急性のアレルギー）が現れます。



～注射で具合が悪くなったことがある人は注意！～

血管迷走神経反射を知っておこう

注射をした後、頭に血が回らなくなりバタッと倒れてしまう、脳貧血のような状態です。

【誘因になること】

- ・注射前後のストレス（注射が怖いなどの恐怖感も含む）
- ・寝不足、疲れ
- ・若い女性

過去に経験がある人、不安が強い人は事前に申し出ましょう。横になって接種することで倒れてけがをすることを避けられます。

【予防するためには】

- ・体調が悪いときは接種を控える。
- ・前日は睡眠と水分をしっかりとる。
- ・不安が強ければ事前に申し出る。
- ・月経前後で体調を崩しやすい人は、その期間を避ける。

副反応が心配？

どんなお薬にも副作用があるように、ワクチンにも副作用（副反応といいます）があり、新型コロナワクチンだけが特別ではありません。日本で承認されたワクチンは、事前に有効性や安全性を調べ、一定の効果があると認められたものです。また、接種会場では、アレルギー反応を起こした場合の準備をして「もしもの場合」に備えていますし、副反応が出ないかどうか、接種後15分間は会場様子を見て、安全を確かめています。

アレルギーがあるから接種できない？

喘息、花粉症、食物、薬物アレルギーなどがあるから予防接種を受けられないと思っていませんか？医師の問診により、多くの場合は接種することが可能です。通常、接種会場の経過観察時間は15分ですが、アレルギーがある場合やアナフィラキシーを起こしたことがある場合は30分程度長めに経過観察を行います。



接種するか接種しないかは、自分で決める。

ワクチン接種は本人の同意によるものです。接種によって得られる効果やリスク、安全性を踏まえて自分で判断することになります。一人暮らしでほとんど家から出ず、人と接することがなければ「打たない」という選択肢もあるかもしれませんが、しかし、重症化リスクの高い同居家族がいる、人と接する機会が多い（サークルやアルバイト）、旅行やコンサートに行きたい、留学した

いなどの場合は接種するメリットが高いといえます。

海外では「ワクチンパスポート」のように、接種した人を優遇する動きがあります。接種できない・しない人を差別することは絶対にあってはなりません、今後、海外渡航や様々なサービスを受ける際「ワクチンを接種しているかどうか」を問われ、接種した人が優遇されることがあるかもしれません。



過去の例に学ぶ

麻しん

2008年、麻疹（はしか）が日本の若い人に大流行しました。既に麻疹ワクチンの定期接種が行われていましたが、特に若者に抗体（免疫）を持たない人が多く、大学生が死亡する例がありました。また、2012年～2013年には風しんが流行しています。ワクチンを受けていない男性（夫）が風疹にかかり、妊娠している女性（妻）にうつしてしまいお腹の赤ちゃんが重い難聴や心疾患などになって生まれた（先天性風疹症候群）という例がたくさんあります。接種できない・しない人が差別されることは絶対にあってはなりません、「怖いから、痛いから、面倒だから」という理由で、せっかくの接種の機会を逃さないでください。「あの時ワクチンさえ受けていれば」という後悔をしないよう、よく理解して接種するかどうか判断をしましょう。

風しん

その情報、本当に正しい??

ワクチンの導入時には、陰謀論やデマが生じやすくなります。情報元がどこか、必ず確認しましょう。参考にする場合、厚生労働省や信頼できる医療機関などの情報を選びましょう。



厚生労働省 新型コロナワクチン Q&A
<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>



こびナビ
<https://covnavi.jp>

さっぽろ新型コロナウイルス・ワクチン NAVI

<https://www.city.sapporo.jp/2019n-cov/vaccine/index.html>

ワクチンを打ったら、絶対、新型コロナに感染しない？ すでに感染した場合は、どうしたら？

ワクチンは感染を減らすことが分かっていますが、絶対に感染しないわけではありません。もし感染したとしても発症を防ぎ、その効果はインフルエンザワクチンよりも高いです。また、自然に新型コロナに感染するよりも、ワクチンを接種した方が抗体値が高くなるのが分かっていますので、通常通り接種することをお勧めします。



◆ 感染と発症の違い ◆

「感染」とは、ウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入、増殖すること。
「発症」とは、病気の症状があらわれること

【参考・引用資料】

- ヘルスアップ 21 ～今こそ ワクチンリテラシーを高めよう～ (2021.6 No.440 P7-17)
- こびナビ <https://covnavi.jp>
- 厚生労働省 新型コロナワクチン Q&A <https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>
- 厚生労働省 新型コロナワクチン接種のお知らせ (2021年5月21日)
- 明治薬科大学セルフメディケーション学研究室 新型コロナウイルス 感染と発症の違い編 <https://u-lab.my-pharm.ac.jp/> (参照 20210610)
- 朝日新聞デジタル コロナワクチン、失神に注意 (2021年3月8日)
- さっぽろ新型コロナウイルス・ワクチン NAVI <https://www.city.sapporo.jp/2019n-cov/vaccine/index.html> (2021年6月16日)