

押さえておこう、新型コロナワクチン接種の基本知識

新型コロナワクチンの接種が進められています。予防効果や副反応などをよく理解したうえで接種を受けることが大切です。また、接種後も注意すべきことがあります。新型コロナワクチンの基本情報を紹介します。 ※最新の情報は厚生労働省などのサイトも確認しましょう。

接種に使われるmRNAワクチンとは

私たちの体に細菌やウイルスなどの病原体が侵入すると、抗体がつけられます。すると、次に同じ病原体が体内に入ってきたとき、その抗体が働いて病原体を排除します。この免疫の仕組みを利用したものがワクチンです。これまでのワクチンは、毒性を弱めた病原体を体内に入れる弱毒化ワクチンと、病原体の感染能力を失わせたものを用いる不活化ワクチンの2つのタイプが主に使われてきました。それに対して今回、新型コロナ対策として開発されたファイザー社とモデルナ社のワクチンはmRNAワクチンです。

新型コロナウイルスは表面に突起(スパイク)があるのが特徴です。このスパイク部分のたんぱく質の設計図が書かれたmRNAを脂質の膜で包んだのがmRNAワクチンで、細胞内に入ったmRNAワクチンは設計図に従ってスパイク部分のたんぱく質を合成し、細胞外に放出。それを免疫細胞が異物と認識して抗体をつくります。これにより、新型コロナウイルス感染症の発症予防が期待できます。

2回目の接種後や若い人には副反応も

mRNAワクチン接種後、注射した部位の痛みや腫れ、頭痛、発熱、だるさ、関節の痛み、寒気、下痢などの副反応が現れることがあります。これらは免疫反応がしっかりと起こっていることを示す症状で、2回目の接種後や比較的若い人に多く見られます。

一般的に、こうした副反応は数日で治まりますが、発熱や関節痛などの症状がつかいときは、市販の解熱鎮痛剤で対応してもよいでしょう。ただし、症状が重い場合や、長く続いているときは医師や薬剤師に相談してください。また、接種直後に、ごくまれに激しいアレルギー反応であるアナフィラキシーが起こることが報告されています。

す。症状は、じんましんやかゆみなどの皮膚症状や、腹痛や嘔吐などの消化器症状、咳や息苦しさなどの呼吸器症状などさまざまです。そのため、接種後は、15〜30分程度接種した場所に留まり、体調に変化がないかを確認しましょう。

因果関係は不明ですが、ごく稀に、ワクチン接種後、軽度の心筋炎・心膜炎の症状が報告されています。接種後4日程度に、胸の痛みや息切れなどの症状が現れた場合は医療機関を受診しましょう。

接種後もこれまでどおりのコロナ対策を継続

両社のmRNAワクチンの有効率は約95%と報告されていて、100%ではありません。つまり、ワクチン接種後も新型コロナウイルスに感染する可能性があるのです。したがって、接種後もこれまでどおり3密(密集・密接・密閉)を避け、マスクを着用し、こまめに石けんによる手洗いなどを心がけることが大切です。

なお、新型コロナウイルス感染症やワクチン接種についてわからないことがある場合は、薬剤師に気軽におたずねください。



イラストレーション: 堺 直子

クスリンです。

ご意見をお寄せください

読者アンケート

より良い紙面作りと、薬局のサービス向上のためにぜひご協力ください。

締め切りは、**10月5日(当日消印有効)**です。

プレゼント 100名様

回答方法 ハガキ、QRコード(またはURLからアクセス)いずれかの方法で一人さま1回限りとさせていただきます。

ハガキ

- 1 ハガキを受け取った薬局の名称と所在地(例: ●●薬局 ●●店 ●●市)
- 2 新型コロナワクチンの接種に不安はありますか(した)か? (1.ある 2.ない)
- 3 「ある」と答えた方に質問です。不安を誰かに相談しましたか? (1.医師 2.薬剤師 3.家族 4.していない 5.その他)
- 4 ①の薬局へのご意見・ご要望
- 5 Lifeへのご意見・ご要望
- 6 郵便番号・住所 ⑦ 氏名 ⑧ 性別 ⑨ 年齢
- 10 電話番号

※記入漏れや間違いがあるとプレゼントをお送りできない場合があります。

QRコード QRコードを読み取るか、<https://form.run/@classaLife-202109> にアクセスしてご回答ください。ご利用端末が対応していない場合はハガキでご回答ください。

○上記以外の方法でご応募は受け付けておりません。

※あて先(切ってハガキに貼ることができます)

〒150-0001
東京都渋谷区神宮前5-47-11
クラスAネットワーク Life9月号係

お知らせ

健康情報をWebでも
Lifeの姉妹サイト「class A ヘルシーライフクラブ」では、Lifeのバックナンバーをはじめ、旬の健康情報を配信しています。ぜひご覧ください。
<https://www.e-classa.net/>
class A ヘルシーライフクラブ 検索

「健康脳クイズの答え」
答えは、「ボウサイ」でした。

ボ	ク	シ	コ	イ
イ	シ	ア	タ	マ
ン	ツ	イ	オ	ク
ザ	ン	シ	チ	ミ
コ	キ	ク	サ	

次号予告 10月号は「足腰を鍛える」を特集します。どうぞお楽しみに。

薬剤師にご相談ください

お薬から健康生活までトータルで応援します。

処方せんがなくてもお気軽に薬局におこください。

LEDランタン(球ランタン) BF-AL05N
幅70mm×奥行70mm×高さ135mm(スタンドセット時) Panasonic オープン価格

○商品についてはお近くの家電量販店にお問い合わせください。

※プレゼントの当選発表は発送をもってかえさせていただきます。ご回答いただいた方の個人情報は(株)クラスネットワークにて厳重に管理し、プレゼント以外の目的で使用することはありません。お寄せいただいたご意見・ご要望等は、今後の紙面作り(Webサイトを含む)及び薬局サービス向上に活用させていただきます。

※プレゼント商品は薬局で取り扱っていない場合もあります。

発行 株式会社クラスAネットワーク 〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-47-11
TEL:03-5778-9388 FAX:03-6368-5322 E-MAIL:info@i-classa.com

備えと知恵でマスター！健康と防災

■押さえておこう、新型コロナワクチン接種の基本知識…4

LEDランタンを100名様にプレゼント…4

救急箱の中身を見なおそう

必要なものは揃っているか、使える状態にあるかを確認しましょう。

●用意しておきたい市販薬

災害時は大きなストレスで免疫力が低下したり、自律神経が乱れたりして体調不良になります。栄養が偏るのでビタミン剤も用意。

- 総合感冒薬
- 下痢止め・胃腸薬
- 解熱鎮痛薬
- マルチビタミン剤

●肌ケアアイテムも忘れずに

災害時には皮膚を清潔に保てなくなり、アカや汚れで肌荒れしやすくなります。赤ちゃんはオムツかぶれになることも。

- 化膿止め・軟膏
- ワセリン・保湿クリーム

災害の備え、していますか?

地震や台風などに遭っても自分だけは大丈夫と思込んでいませんか。この思い込みを「正常化の偏見」といい、被害を大きくする一因となります。いつ自然災害に襲われるかもしれない現在、日ごろから災害に備えておくことが大切です。

いざというときに応急処置できる準備を

災害時にケガをしたり体調を崩したりしたとき、近くに救急隊員や医療従事者がいるとは限りません。自分たちで応急処置できるよう、薬や衛生用品などを救急箱に用意しておきましょう。

●応急処置用の衛生用品は多めにストック

ケガをするのは1カ所とは限りません。また、家族皆がケガをする可能性もあります。そうしたときに対応できるように多めに揃えて。

- 包帯
- ばんそうこう
- 止血パッド
- サージカルテープ
- 三角巾
- 脱脂綿・清浄綿
- 目薬
- 綿棒
- 体温計
- マスク
- 爪切り
- ピンセット
- はさみ・カッター
- ボールペン・油性マーカー

●その他

チェックポイント

家族構成などに合わせて中身を追加

1年に1回は点検して、いつでも役立つ状態に

湿度の少ない冷暗所に保管

薬は箱や添付文書と一緒に保管

お薬手帳を常に携帯

処方薬は症状が似ていても共有しない

お薬手帳があれば災害時でも適切な医薬品や医療の提供が可能です。お薬手帳アプリを利用したり処方薬をスマホで撮影しておく方法も。

自分と似た症状だからと、避難所などで自分の処方薬を他の人に分けるのはNG。症状が似ていても同じ病気とは限らず、その薬が合わないことも。

イラストレーション: すがわらけいこ

