



ワクチン接種の準備を

『ホワット・イズ・ライフ? 生命とは何か』
(ポール・ナース著、竹内薫訳)はお読みになりましたか? 著者はノーベル生理学・医学賞を受賞した遺伝学者、細胞生物学者で、私はこの本のおかげで新型コロナウイルスのmRNAワクチン(ファイザー、モデルナ)の仕組みを感動を持って知ることができました。

日本で使われている2つのmRNAワクチンは、欧米での接種が進むにつれ、2回接種で「発症」予防効果が約95%、「重症化」予防効果もあり、「感染」そのものを予防する効果も相当高いかもしれないことがわかってきました。日本では医療従事者や高齢者の接種が進み、働く世代への接種も増えていきます。今回は、接種前に知っておきたい留意点をご紹介します。

Q・接種後の副反応は?

接種後の痛み、だるさ、発熱などはかなりの人に出現します。これらは免疫が働いている証拠ともいえるものです。とはいえ、接種翌日は仕事をするのがつらいと感じる人も少なくありません。ワクチン接種後1〜2日は休む

Q・ワクチンを接種したらマスクは不要?

抗体はすぐにはできません。1回目接種後2週間は接種していない状態と同じで、2回目接種後2週間で十分な抗体ができます。そして、ワクチンの効果は100%ではありません。国内の感染が収まるまではマスク等の対策も続ける必要があります。

Q・接種しない選択はあるか?

もちろんあります。同意のない強制的な接種はできません。接種したくない明確な理由がある人も、もう少し様子を見たいだけの人もいるでしょう。同僚に接種しない人がいても、その選択を責めるような態度はよくありません。

もし私が「接種したほうがいいか?」と相談

されれば、(禁忌がなければ)全員に「接種したほうがいい」と答えます。そんなワクチンです。効果の持続期間や変異株への効果など、ま

新型コロナのワクチンを知ろう

新型コロナワクチンについて
(首相官邸)



<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/vaccine.html>

新型コロナワクチン Q & A
(厚生労働省)



<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>

コロナワクチンナビ
(厚生労働省)



<https://v-sys.mhlw.go.jp/>

こびナビ (COV-Navi)

※動画がおすすめ



<https://covnavi.jp/>

だわかっていないこともありますが、ワクチンの効果が下がる変異株が流行する前に、できるだけ多くの人が接種を受けることが重要です。ワクチンに対する知識や情報をわかりやすく解説しているウェブサイトがあります。詳しい情報をぜひチェックしてみてください。

一般財団法人 京都予防医学センター
健康づくりセンター 健康推進係

阿部 圭子

