

# ファミクリ通信 ~ワクチン特別号~

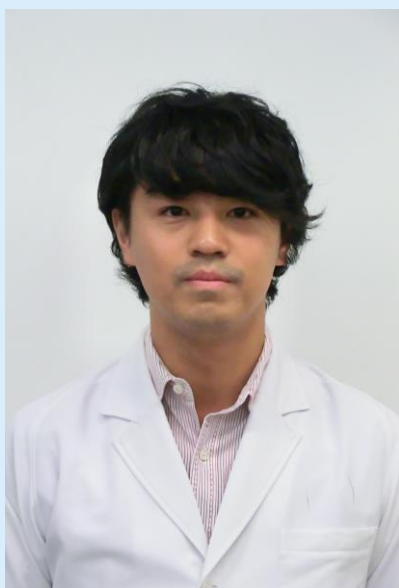
発行:2021年7月5日

ワクチン接種を  
受けられる方へ

編集担当

藤田医科大 総合診療科

梅沢 義貴



本日はワクチン接種にお越しいただきありがとうございました。問診の際はあまり時間もなく充分にお話できないこともあるため、よく聞かれる質問を添えて広報誌として皆様にお配りさせていただきます。ぜひご家族の皆様と一緒に読みくださると嬉しいです…！

当日は→

お酒を我慢…



## 新型コロナワクチンQ&A

接種会場や外来でよく聞かれる質問をまとめました！  
これを読めばあなたもワクチンマスター！

Q1. ワクチンを打った後に熱がでたらどうすればいい？

A1. **市販の解熱薬を内服してOKです**

ワクチン接種後(特に2回目)に、副反応として発熱することが多く報告されています。基本的に1~2日で勝手に解熱しますが、そうは言っても熱が出てたらつらい！そんな時は市販の解熱薬を飲んで対応しましょう。“バファリン®は飲んだらダメ”といったウワサを耳にしますがそんなことはありません！そのお薬にアレルギーがなければ**どれを飲んでいただいても大丈夫**です。もちろん病院などで処方されたお薬もOKです！

Q2. 2回目はきっかり3週間後じゃなきゃダメなの？

A2. 多少の幅を持たせてもいいけど**なるべく3週間**で！

3週間から遅れる分には猶予が少しあります。プラス3週間で、**1回目接種から計6週間**までは効果があると言われていています。ただ3週間以降は徐々に効果が落ちていってしまうので、6週間までOKといっても**なるべく早い接種が理想的**です。

一方早まるときは注意が必要です。マイナス2日間で、1回目接種から19日目以降なら効果があると言われていています。早すぎる2回目接種は逆効果になってしまいますので要注意！

Q3. ワクチンを打って亡くなった人がいるらしいけど…

A3. **死因がワクチンと断定できた方は1人もいません**

まず、亡くなられた方やご遺族の方々にはお悔やみを申し上げます。現在ワクチン接種後に亡くなられた方の死因が発表されており、脳出血や心筋梗塞などが多いようです。ただこれらの発症がワクチン接種と関係があると断定できた方は1人もいません。

Q4. 打った後にやってはいけないことはある？

A4. **激しい運動と飲酒には注意！**

基本的には普段通りの生活を送っていただいて大丈夫です。**仕事もOK、入浴もOK**。軽い運動もOKですが、副反応で接種部位が痛かったり腫れたりした場合はムリせず休みましょう。ゴルフは行ってもいいですが、腕が痛かったら全力でスイングできないかも…？またお酒に関しては1杯くらいならいい気もしますが、**念のため接種当日は禁酒しておきましょう**。

# 〇〇な人はワクチン打っても大丈夫??

ワクチン打ちたい、けど私はこれがあるから打っていいのか分からない…その疑問にズバッとお答えします

## Q1. **子供**は打っていいの？

### A1. 12歳以上は打てますが…

とは言ったものの優先順位はだいぶ低いです。アメリカでは安全性が確認され2021年5月から接種が始まりました。それを追いかけるように日本も(ファイザー社製ワクチンは)6月1日から接種可能となりました。学校接種などの話もちろほら話題に挙がりますが、日本小児科学会は**子供よりも子供を取り巻く大人の接種を進めた方が良い**とも言っています。重篤な基礎疾患のある子供は接種が推奨されますが、子供は副反応が強く出やすいこともありますのでかかりつけの小児科の先生とよく相談しましょう。

## Q2. **妊婦さん**は打っていいの？

### A2. 打てます、が要相談！

妊婦さんの妊娠合併症や出生児の胎児異常の頻度は、ワクチンを打たなかった妊婦さんたちと変わらないという報告があります。また授乳婦さんに接種したところ、母乳中の抗体(ワクチンの成分)が増加した報告もあります。授乳婦や授乳児にも悪影響はなかったとのこと。

ただし、**妊娠14週**くらいまでは赤ちゃんの臓器が作られる大事な時期ですので、その期間が終わるまではワクチン接種を控えたほうがよさそうです。かかりつけの産婦人科の先生にしっかり相談しましょう！

## Q5. **そもそも**打っちゃいけない人っているの？

### A5. ほとんどいません

この病気を患っているから、この薬を飲んでいるからワクチンが打てない！ということはありません。ワクチンを打ってはいけない人は大きく3種類。

①**接種日に(37.5℃以上の)発熱がある人**、②**急性疾患にかかっている最中の人**、③**新型コロナウイルスワクチンにアレルギーのある人**、これだけです。急性疾患というのは何を指すのか難しいですが、たとえば肺炎や尿路感染症などの感染症や、心不全や関節リウマチなどの慢性疾患が悪くなってきているときですね。これも主治医に相談しましょう。アレルギーに関しては次のページで細かくお話しますが、つまるところワクチンを接種してはいけない人というのはこの世にほとんど存在しないということです。

## Q3. **既にコロナにかかった人**は？

### A3. 打ったほうがいいです！

過去にコロナにかかったことのある人(既感染者)はもう免疫がついたから大丈夫！！と思いませんか？実はそんなことなく、**既感染者はワクチンを2回接種した人と比べてまたコロナにかかるリスクが高い**と言われていません。

なので、既にコロナにかかった人もワクチンを打った方が安全ということになります。厚生労働省によれば、**既感染者も2回接種が望ましい**とのこと。

## Q4. 私、**がん**を患ってるんですが…

### A4. 打てます、が主治医に相談を！

今がんを患っている人ももうがんを克服した人も、ワクチンは接種できます。

しかし、今現在抗がん剤で治療している人は少し注意が必要です。抗がん剤はがん細胞と共に正常細胞も攻撃するので、全体的に免疫が弱ってしまいます。免疫が弱ったところでワクチンを接種すると副反応が強く出てしまうこともあります。なので、現在抗がん剤を使用している人はがんの主治医の先生とよく相談をしましょう。場合によっては**抗がん剤やワクチンのタイミングを少しずらす必要が出てくる**かもしれません。

## 豆知識その1 ～血液サラサラのお薬ってなに？～

問診表にも“**血液サラサラのお薬は飲んでいますか？**”という項目があります。どれがサラサラ薬なのかしら？私は飲んでるのかしら…？

サラサラ薬は大きく分けて**抗血小板薬**と**抗凝固薬**の2種類があります。ざっくり分けると前者は**脳梗塞**や**心筋梗塞**、**動脈閉塞症**などに使います。一方後者は**心房細動**などの**不整脈**や**血栓症**に使います。

今回のワクチンで注意すべきなのは**抗凝固薬**です。これを飲んでいる人は、ワクチンを接種したときに接種部位を2分ほどしっかりと押さえている必要があります。そうでないと**筋肉内の出血**を起こしてしまう可能性があるからです。逆に抗血小板薬はそのリスクがないとされているので注意する必要はありません。

ワクチン接種前の問診を1000人以上担当した経験から考えると、**血圧を下げるお薬**や**コレステロールを下げるお薬**をサラサラ薬と思ってらっしゃる方がけっこう多い印象です。しかしこれらのお薬はサラサラ薬ではありませんのでご安心ください。そして抗凝固薬を飲んでいても2分間しっかりと押さえていればいいだけです。接種してはいけない理由にはなりません。

ちなみにこの抗凝固薬、世の中には5種類しかありません。**ワーファリン®**、**エリキュース®**、**イグザレルト®**、**リクシアナ®**、**プラザキサ®**だけです。これさえ飲んでいなければサラサラを気にする必要は全くありません！とは言え分からない方も多いと思いますので、不安な方は接種前問診のときにおくすり手帳を持ってきていただけたらその場で拝見させていただきます。

## 豆知識その2 ～どのアレルギーが大事？～

“アレルギー”と一言に言っても色々ありすぎてよくわからない。昔ハチに刺されたけど、インフルエンザワクチンで腕がすごい腫れたけど、大丈夫？

**ほとんどのアレルギーを持っていてもワクチン接種には無関係**です。一般的にアレルギーというと食べ物やお薬を思い浮かべますが、喘息やアトピー、花粉症なども立派なアレルギーです。ただどれを有していてもワクチンは問題なく接種できます。**ハチ刺されも一切問題ない**です。ただ気を付けておきたいことが**2つ**あります。1つ目は**インフルエンザや肺炎球菌ワクチンで腕が物凄く腫れた人**。コロナワクチンは問題なく接種できますが、念のため接種後は(普段は15分のところ)30分間会場で健康観察をしましょう。そして2つ目は**大腸内視鏡の前に飲む下剤でアレルギーを生じた人**。これに当たる人はワクチン接種は控えましょう。と言うのは、この下剤の成分である**ポリエチレングリコール(通称PEG)**がコロナワクチンに含まれています。ちなみに下剤の名前は**マクロゴール®**と云います。これでアレルギーが出たことのある人は接種前問診でしっかりと申し出てくださいね！



←どれもこれも大丈夫！！

よく質問される**ハチ刺されも一切問題ありません！**

## おわりに

いかがでしたでしょうか。ワクチンに関して、まだまだはっきりとわからないこともあります。ちゃんと分かっていることもいっぱいあります。テレビやネットでは様々な情報が錯綜していますが、それら全てが正しい情報とは限りません。正しい情報も伝え方によっては誤解を与えるような表現になってしまうこともあります。

我々医療者は常に情報をアップデートして、正しい情報を皆様にお伝えできるように最大限の努力をします。まずはこれをしっかりお読みいただき、分からないことは外来などで医師や看護師に聞いてみてください。**正しい知識で正しく怖がり、みんなでコロナを撃退しましょう！！**