ほけんだより 10月

NO. 3

翔洋学園高等学校　保健環境・安全部　　令和３年１０月１１日発行

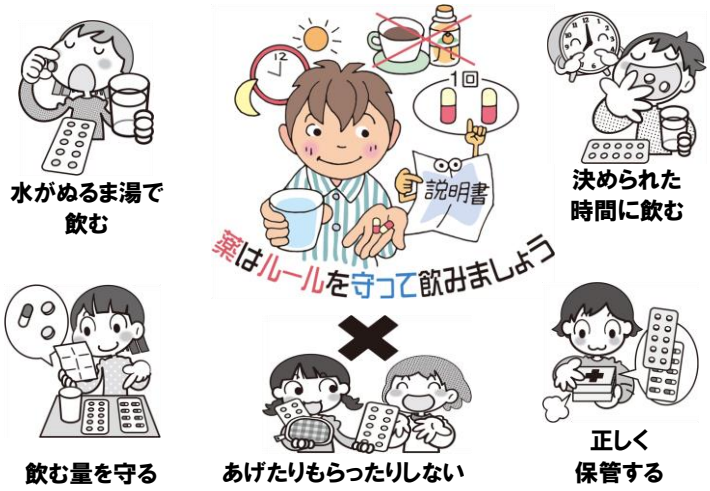
秋風が心地よく，すごしやすい季節になってきましたね。先月までは，緊急事態宣言が出ていた地域も多く，外出する機会も少なく，家の中で過ごすことが多かったのではないでしょうか？　これからの季節…基本的な感染対策をしつつも，ちょっと外に出て，秋を楽しめるといいですね。

薬と健康　～10 月 17 日から 10 月 23 日は，薬と健康の週間です！　～

新型コロナウイルス感染症の治療薬も開発されて実用化されてきていますが，中等症～重症患者への点滴薬で，医師が投与します。また，抗体カクテル療法は軽症患者への投与し重症化を防ぐ薬ですが，重症化リスクの低い若者（基礎疾患なし）には使用できません。そのようなことから，多くの新型コロナウイルス感染症患者は，対症療法（病気によって起きている「痛み，発熱，咳などの症状」を和らげたり，なくしたりする）により治療しています。

インフルエンザ治療薬のように，体内でウイルスが増殖するのを抑えることができ，自宅でも簡単に服用できるような**飲み薬（抗ウイルス薬）**が，一日も早く承認されることを祈るばかりです。（※）

薬は「ウイルスが増殖するのを抑えたり，症状を軽くしたり」等のメリットがたくさんあり，私たちがよりよく生きていく上で必要なものです。



（※）コロナ飲み薬，年内に日本調達へ！

政府は，新型コロナウイルスの軽症者向け治療薬として，米製薬大手メルク社の飲み薬を日本国内で年内にも特例承認し，調達する方向で調整に入った。**飲み薬タイプの抗ウイルス薬**は自宅で服用できるなど扱いやすく，ワクチン接種とともに感染対策の切り札となる。今後の調整次第では年内にも国内で流通する可能性が出てきた。

年内調達を目指しているのは，メルクが開発する抗ウイルス薬「モルヌピラビル」。ウイルスが体内で増殖するために必要な酵素の働きを阻害する仕組みで，**発熱や咳などの初期症状がある患者が対象となる。1 日 2 回，5 日間服用することで重症化を防ぐ効果があるとされる。**

（毎日新聞記事　2021.10．３掲載）

薬の使い方を間違えると大変なことに！

覚醒剤や危険ドラックの使用を「薬物乱用」ということは，すでに知っていると思いますが，普通に処方されている薬でも飲み方を間違えると危険性があり，命に危険が及ぶことがあります。

例えば…鎮静剤、催眠剤，精神安定剤などの向精神薬

不眠やイライラなどをなくしたり，抑えたりする薬ですが…

乱用する（たくさん飲む）と…

新型コロナワクチンについて

現在，12 歳以上の人は新型コロナワクチンを受けることができます。**ワクチンは任意の接種です**ので，未接種の人は，以下の情報や厚労省及び各自治体の HP，チラシ等の正しい情報を参考に，自分自身で考え，家の人やかかりつけ医等と相談して，自分のからだ，健康のために接種を受けるかどうか判断しましょう。

ワクチン接種をすることで，新型コロナウイルス感染症にかかりにくくなります

なんのために受けるの？

ウイルスを人にうつしにくい効果が期待されています

重症化を予防する効果が期待されています

発症を予防する効果があります

ワクチンを接種すると身体の中で新型コロナウイルスと戦う仕組み（免疫）ができて，実際にウイルスが身体に入ってきたときに，すぐに戦えるように準備します

ワクチン接種後に副反応が出ることがあります

【すぐに起こることがある症状】

アナフィラキシー

重いアレルギー反応で，じんましんや息苦しさなどの症状がでます

血管迷走神経反射

緊張や痛みをきっかけに，血の気がひいて，立ちくらみがしたり，気を失ったりすることがあります。横になって休めばすぐに治ります

万が一に備え，接種後 15～30 分間は医療従事者が見守ります

【数日以内に起こることがある症状】

５０%以上　接種部の痛み・疲労感・頭痛
５０%未満　発熱・筋肉痛・寒気・関節痛
接種部の腫れ，赤み・下痢・嘔吐

※接種した日の夜や翌日に，症状が出ることが多い
※1 回目より２回目に，強い症状が出ることが多い
※他のワクチンに比べて，発熱や痛みなどが出やすいですが，ほとんどは３日以内に回復します

水分を十分に摂取し，必要な場合は解熱鎮痛剤を服用する等して，様子をみることになります。
※前もって，**経口補水液**や**解熱鎮痛剤**
（アセトアミノフェンや非ステロイド性抗炎症薬
（イブプロフェンやロキソプロフェン）
を用意しておくとよいでしょう

ワクチン接種をしていても感染する場合（ブレークスルー感染）があります

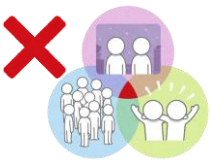
ブレークスルー感染の理由として考えられること

① ワクチンの効果は 100%ではない
② 接種で獲得できる免疫の強さに個人差がある
③ 十分な免疫が持続する期間が短い可能性がある
④ ウイルスが変異するとワクチンの効果が落ちる恐れがある

ブレークスルー感染は軽症です

ワクチンによって重症化を防ぐ効果は高いレベルで維持されています。米国 CDC のデータに基づき「ワクチン接種を済ませた人が、新型コロナウイルスのブレークスルー感染のために亡くなる恐れは 0.001%未満」と報告されています。

ワクチン接種を受けた人もいれば，受けてない人もいます。
また，ブレークスルー感染をする可能性もありますので，
今まで通りの感染防止対策を!!



三密回避

マスク着用

石けんで手洗い

手指消毒

※厚生労働省 HP の情報をもとに作成しました

厚労省 HP

厚労省 公式 LINE アカウント