



2021年6月号

検査室だより

いつになく早い梅雨入りです。ジメジメした天気気分まで落ち込んでしまいます。一方、色とりどりに咲いた紫陽花は心を和ませてくれます。綺麗ですね。雨が降らないと植物は育ちません。雨降りが嫌いなのはヒトだけかもしれません。

ようやく新型コロナワクチン接種が始まりました。まだ始まったばかりでスムーズに進んでいるとはいいい難い状況のようです。それでも遠くに出口が見えてきたように思います。ワクチンの予防接種は、わたしたちを感染症から守るために大切な方法です。ワクチンを接種することで、そのウイルスなどの病原体に対する免疫を作り出し、病気になりにくい身体をつくれます。でも、いいことだけではありません。私たちヒトにとって好ましくない変化が起こることがあります。いわゆる副反応といわれるものです。今回の新型コロナワクチン接種で報告されている代表的なものをお知らせします。一番多いものは接種した部分の痛みや腫れです。その他には、頭痛、発熱、倦怠感、筋肉痛、吐き気などがあります。このような症状は1回目の接種後よりも2回目の接種後の方が多く見られるようです。(もちろん、副反応が出ない人もいます。) また、アナフィラキシーのような激しいアレルギー反応は、約110万回の接種のうち79件報告されています(4月時点)。このようにヒトにとって有益ではない反応も起こります。しかし副反応は、免疫を活性化させようと身体が頑張っている証拠です。これらの症状はほとんどが2~3日で消えるものです。それ以上続いたり、重くなるようであれば医療機関等へ相談してください。新型コロナワクチンについて詳しい情報は厚生労働省のホームページに載っています。正しい知識をもって予防接種を受け、自分の健康を守りましょう。



暑い夏はもうすぐです。夏を乗り切る強い身体づくりは「今」からです。できるだけ規則正しい生活を送り、コロナにも、夏バテにも負けない身体づくりを心がけましょう。

公衆保健協会 検査室

