その常識、間違っている!?

ワクチンのホントのはなし

監修 園茂樹（そのしげき）先生

宇都内科小児科医院院長。総合内科専門医、医学博士。1982年日本大学第一内科大学院修了、カナダ州立オンタリオがんセンター留学、那須中央病院内科部長、千代田漢方クリニック院長を経て現職。東洋医学にも詳しく、ていねいなスクリーニングによる漢方薬の処方に定評がある。

取材協力：ティーペック株式会社

インフルエンザや肺炎など感染症が気になる季節、予防のためにワクチンを接種する人も多いと思います。今回はウイルスや細菌から身を守る大切な役割を果たしているワクチンについて、総合内科専門医の園茂樹先生にお聞きしました。

ワクチンにまつわる疑問

✕ ワクチンを打てば感染しない？

ワクチン投与により体内に免疫誘導を試みます。種類によって予防効果に違いはありますが、国が推奨するワクチンは信頼性が高いと思ってください。ワクチンを打つことで感染を100％防ぐことはできませんが、運悪く感染した場合でも、接種により重症化を抑える効果があると考えられます。

○ 体調不良時にはワクチン接種を避けるべき？

予防接種前に必ず当日の体調を問かれるのは、体調不良時にワクチンを接種するとワクチン自体の効果が低下する可能性があるからです。また万が一、副反応が生じた場合にワクチンの副反応か、体調不良によるものか判断がつかないことがあります。なお、体調に問題がない場合でも副反応が現れることはありますが、ほとんどの場合心配はありません。

▲ 接種が推奨されないアレルギーがある？

インフルエンザワクチンなどには微量の鶏卵成分が含まれますが、卵アレルギーを持つ人でも軽度であれば通常は接種しても問題ありません。ただ、卵を食べてアナフィラキシーショックを起こすような重篤な場合は接種が禁じられる場合も。医師に相談してください。

病気と重症化を予防するワクチンの大きな役割

ワクチンは感染病のウイルス・細菌を無毒化、弱毒化したもので、接種することで免疫を誘導します。必ず病気を予防できるわけではありませんが、接種することで、感染はしても重症化しない可能性があります。たとえば、インフルエンザに関するある調査結果では、ワクチンを接種した人の発症率が接種しなかった人に比べ60％減少したとあります（※1）。また、65歳以上の高齢者に対しては34～55％の発病と82％の死亡を阻止したとの調査結果もあり（※2）、ワクチンの有用性が証明されています。

なお、インフルエンザワクチンは接種後数ヶ月で効果を失います。また、インフルエンザウイルスは流行する「型」が変化するので、流行予測が反映されたワクチンを毎年接種することが大切です。肺炎球菌ワクチンは、65歳以上の方に国が一生のうち一度だけ補助する「ニューモバックス」と「プレベナー」の2種類があり、前者は5～6年、後者は65歳以上ならほぼ終生の予防効果が期待されます。両方を接種しても肺炎球菌のすべてをカバーすることはできませんが、現実的な効果は大きいと判断されています。

※1 平成28年度「ワクチンの有効性・安全性評価とVPD対策への適用に関する分担研究班研究」（厚生労働科研費補助金）
※2 平成11年度「インフルエンザワクチンの効果に関する研究」（国立保健医療科学院）

ワクチンの種類と最新情報、知っていますか？

感染症と対応するワクチンの種類

感染症例	ウイルス：はしか、風しん、おたふくかぜ、水痘、ロタ 細菌：結核（BCG）	ウイルス：ポリオ、日本脳炎、インフルエンザ、B型肝炎 細菌：百日ぜき、肺炎球菌、ヘモフィルス・インフルエンザ菌b型（ヒブ）	ジフテリア、破傷風
概要	弱毒化：病原体 → 弱いけど生きている ウイルスや細菌の毒性を弱めて病原菌をなくした**生ワクチン**を接種します	不活化：病原体 → バラバラの状態 ウイルスや細菌の感染能力を不活化、殺菌して失わせた**不活化ワクチン**を接種します	細菌がつくる毒素だけを取り出し毒性をなくしてつくった**トキソイド**を接種します
接種回数	弱毒性のウイルスや細菌が体内で免疫を高めるため、接種の回数は少なくてすみます。十分な免疫ができるまで約1ヶ月かかります	生み出される免疫力が弱いため、何回か追加接種が必要になります。接種回数はワクチンにより異なります	不活化ワクチンと同じく数回接種し免疫をつけます

ワクチン接種の間隔規定が変更に

今年10月に、異なるワクチンを接種する場合の間隔規定が変更され、注射生ワクチン同士を接種する場合のみ、27日以上の制限があります。詳しくは医師に確認するなどして予防接種スケジュールを確認ください。

自治体の助成を要確認！肺炎球菌ワクチンの接種

肺炎球菌性肺炎は高齢者がかかると重篤化しやすいため、予防接種が推奨されています。「ニューモバックス」ワクチンは、接種にあたり多くの自治体で費用の助成を受けることができます。

子宮頸がんの約9割を防ぐ「9価」ワクチン

若い女性に多く発症する子宮頸がん。主な発症要因であるHPV（ヒトパピローマウイルス）の予防としてはHPVワクチンが有効であり、日本では副反応への懸念から積極的推奨はされていないものの、現在も定期接種ができます。「2価」「4価」と呼ばれるワクチンに加え、「9価」が近く日本でも承認される見込みで、9価は子宮頸がんの約90％に予防効果があると期待されています。