

イクイクふかや・よりのい

平成29年4月1日発行

深谷寄居医師会広報誌

この広報誌は、深谷市と寄居町の住民の皆様にご手に取っていただき、地域の医療や介護の手引きとして活用していただく事を目的に、深谷寄居医師会(旧深谷市・大里郡医師会)が発行しているものです。どうぞ、ご自由にお持ち帰りください。

特集 小児予防接種

- ・定期接種と任意接種
- ・スケジュールの組み方
- ・副反応は？
- ・予防接種と体調
- ・予防接種日の準備と対応



予防接種の目的

人類の生存を脅かしてきた最大の敵は、戦争ではなく感染症と言われています。予防接種の目的は、感染症に対する免疫力を予め獲得することにより感染症から個人を守るだけでなく、社会で感染症が流行しないようにして接種できない弱者を守ること、さらには正常な社会生活の営みを守ることにあります。

ワクチンで予防できる病気(Vaccine preventable diseases)をVPDと呼びます。お馴染みの病気もたくさんあり、“特に問題なくなおるから、自然にかかって免疫力をつけたほうがいいよ”というお話をされる方もおられ

るかもしれません。でも、予防接種がない時代には、麻疹(はしか)やポリオ、細菌性髄膜炎などにより多くの子供たちが命をおとしてきました。また、おたふくかぜの合併症である難聴が生涯にわたり日常生活に支障をきたすことがあることも世間にはあまり知られていません。現代においても、VPDにより亡くなられるお子さん、後遺症で苦しんでいるお子さんがたくさんおられます。VPDは可能な限り予防接種で予防していくというのが先進国の考え方です。

定期接種と任意接種



定期接種とは、予防接種法で対象となる疾患として規定され、かつ、予防接種法施行令に定められた接種年齢内に接種されるものを指します。

一方、予防接種法で規定された以外の疾患に対する予防接種と、定められていても接種年齢以外に接種する場合には任意接種と呼びます。

任意接種という、「接種してもしなくてもよいワクチン」と解釈される方もおられるようです。でも、大切さは定期接種にはいつているワクチンと変わりません。

2017年2月の時点で、ロタウイルス胃腸炎、おたふくかぜなどが任意接種のワクチンです。

副反応は？

予防接種の直前に一番多い質問は“大丈夫ですよね？”です。予防接種をうけるのはおおむね健康なお子さんなので、確かに何かあつては本末転倒です。予防接種の副反応はある一定の頻度で起きるため、接種する立場からは“絶対に大丈夫”とは言いづらいのも事実です。しかし承認されているワクチンでは、予防接種による重篤な副反応の確率は、VPDにかかって重症化する確率よりもはるかに低いことが証明されています。

予防接種後の副反応として、小児用肺炎球菌ワクチン後に接種部位が腫れて皮膚の下にしこりが1~2ヶ月残る現象をよく見かけます。また、接種後の発熱も少なからず経験します。いずれも特別な処置は必要とせず、後遺症を残すことはありません。

頻度は極めて少ないですが、予防接種をうけたあとに血圧が下がるアナフィラキシーショックという状態となり救急の処置が必要になることがあります。

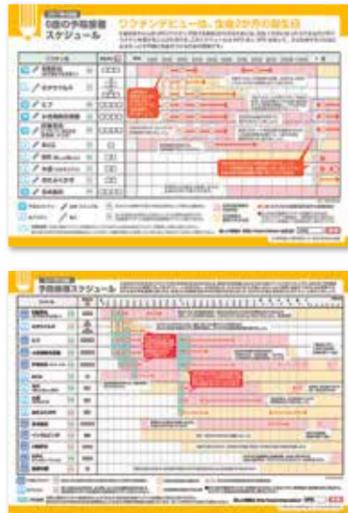


スケジュールの組み方

実際にスケジュールを組む上で、日本小児科学会のホームページ(https://www.jpeds.or.jp/uploads/files/vaccine_schedule.pdf)、VPDの会のスケジュール(付録)が参考になります。

複雑な表にみえますが、まず接種対象となるお子さんの年齢を頭において、次に表を眺めると、どのワクチンを接種する必要があるかわかりやすくなると思います。

疑問があるときには、母子手帳などお子さんの予防接種歴がわかる資料を手元に置いたうえで、保健センターや各医療機関に問い合わせあるいは相談をするとよいでしょう。



VPD

Vaccine preventable diseases

ワクチンで防げる主な病気

- | | |
|-----------|------------|
| B型肝炎 | インフルエンザ |
| ロタウイルス胃腸炎 | 麻疹(はしか) |
| ヒブ感染症 | 風疹 |
| 肺炎球菌感染症 | おたふくかぜ |
| ジフテリア | みずぼうそう(水痘) |
| 破傷風 | 日本脳炎 |
| 百日咳 | 子宮頸がん |
| 結核 | 髄膜炎菌性髄膜炎 |
| ポリオ | A型肝炎 |

予防接種と体調

乳幼児は平均年間10回程度風邪にかかります。年上の兄弟がいたり保育園に預けたりしている風邪にかかる機会が増え、万全の状態であることのほうが少ないのではないのでしょうか？でも、本人が元気で、軽い咳、鼻水、下痢があるという状態であれば、時期をずらすよりも、予防接種をうけるほうが得策です。

予防接種と感染症の相互作用によって、副反応が増える心配はないとされていますが、予防接種の効果が落ちる可能性があります。原則として、**37.5度以上の発熱時には予防接種をうけることはできません**。疾患別には、溶連菌感染症に罹患した場合には、治癒後1週以上、みずぼうそうやおたふくは治癒後2週以上、麻疹(はしか)では治癒後4週以上が目安になります。2~3週間以内にみずぼうそうやおたふくのお子さんに接触し、それらの潜伏期間である



可能性が高い場合には、延期する事があります。

熱性けいれんをおこしても2~3ヶ月以上たてば予防接種をうけることができ、主治医の判断によっては待機期間を短くすることができます。強いアレルギーがある場合や何か心配事がある場合には医師に直接相談をすることをお勧めします。

同時接種について

2種類以上の予防接種を、同一施設内で同一の接種対象者に対して行うことを同時接種と呼びます。日本国内で入手できるワクチンは、どのような組み合わせでも同時接種が可能で、各々の有効性は変わりません。世界の多くの国では30年以上前から同時接種が行われています。

同時接種には、一本のワクチンの投与しかならない単独接種と比較して多くのメリットがあります。漠然とした不安から慎重な立場を取るご家族も一部におられますが、重い有害事象の増加がみられないことは予防接種の歴史がすでに証明しています。

感染症にかかる順番や重症化の程度は予測できないので、今は同時接種をしないのであればしないリスクを考慮すべきという時期を迎えています。特に生まれたばかりの赤ちゃんや、入園前など集団生活を迎えるお子さんをお持ちの保護者の方は同時接種を検討すべきです。

メリット

最大のメリットは、同時接種することにより複数の感染症に対する免疫を早く獲得し、VPDからお子さんを守れることです。また、スケジュール調整が容易な点もお勧めする理由です。ご家族には、医療機関への通院回数を減らすなど生活上の負担を減らす効果もあります。



予防接種日の準備と対応

定期予防接種をうける当日には、市より配布されている「**予防接種と子どもの健康**」(公益財団法人予防接種リサーチセンター発行)の説明書を読んでお子さんが予防接種を受ける対象年齢なのか、前の予防接種との間隔が適切か、接種不適当者、接種要注意者に該当しないかを確認しましょう。

当日、母子手帳と問診票を持参し診察を受け接種可能と判断された場合のみ接種を行います。注射をする際には、介助への協力もお願いします。お子さんが怖さを感じる時間をできるだけ短くし、保護者の方や医療機関のスタッフへの針刺し事故を防ぐため、お子さんをしっかりと固定していただくと非常に助かります。一般的に、お父さんが抱っこしていると、接種できる体勢になるまでに時間がかかる傾向があります。お子さんへの優しさから(?)ひざの上でお子さんの動きを自由にしてしまうことが多いようです。

接種後は、**通常30分は接種会場で様子を見ます**。アナフィラキシーなどの重い副反応はこの間におきます。当日はいつもどおりの生活でかまいませんが、水泳やマラソン等の激しい運動を避けましょう。入浴は接種後1時間程度経過すればさつつかえありません。生ワクチンでは4週間、不活化ワクチンでは1週間、発熱などの副反応の出現に注意しておきましょう。



深谷・寄居地域の在宅医療をサポートする

『在宅医療連携室』

をご利用ください

在宅医療連携室では

医療・介護が連携して、在宅での療養生活を支える仕組みづくりをします。

往診医・訪問看護師等が連携してサポートできるよう、患者やご家族、ケアマネージャーからの相談に応じます。

チームで支える在宅医療



往診医



住み慣れた自宅で療養したい・支えたい



歯科医師



訪問看護師



薬剤師

往診医の登録 患者情報を共有



ケアマネージャー



在宅医療連携室

退院の支援



在宅療養支援
ベッドを確保

在宅療養患者が一時的入院する場合でもスムーズに入院できるように確保しています

深谷寄居在宅医療連携室

TEL:048-501-5951

受付時間(平日)9:00~17:00



医療ソーシャルワーカー(MSW)

生活習慣病 予防レシピ

人参ジャムとカッターチーズのサンドイッチ

β-カロテン豊富な人参をギュッと煮詰めた体に優しいジャム。
鮮やかな橙色が春を感じさせる一品です。



- 材料(2人分)
- 人参(1本) …………… 200g
 - 水 …………… 1/2C
 - レモン汁 …………… 大2
 - カッターチーズ(大4) …… 40g
 - サンドイッチ用食パン …… 4枚
 - パセリ …………… 適宜
(自然派甘味料 …………… 10g)

- 作り方
- ① 人参は皮をむき、太い部分に十字に切込みを入れ、ラップで包み、電子レンジ(600W)で約5~6分加熱する。
 - ② ミキサーに①の人参、水を入れてかけ、ペースト状にする。
 - ③ 大きめの耐熱ボウルに②の人参、レモン汁を入れて混ぜ合わせ、ラップをせず、電子レンジ(600W)で6分加熱する。さっと混ぜ合わせ、さらに3分加熱し、人参ジャムを作る。
 - ④ サンドイッチ用食パン2枚に、それぞれ③の人参ジャム、カッターチーズをはさみ、食べやすい大きさに切る。同様にもう1組作る。
 - ⑤ 器に盛り、パセリを添える。

1人前の栄養価 エネルギー:254Kcal 食塩相当量:1.1g

患者さんのご質問やご意見募集

深谷寄居医師会広報委員会では患者さんからの医療に関する質問やご意見を随時募集しております。かかりつけ医師にお話しいただくか、医師会事務局まで電話かFAXをして下さい。本広報誌に可能な限り答えと共に掲載させていただきますが、掲載の採否は当委員会にお任せ下さい。掲載分には粗品を進呈させていただきます。

医師会事務局 電話048-573-7724 FAX048-573-0948



深谷寄居医師会

イキイキふかやよりい 第10号

平成29年4月1日発行

発行:深谷寄居医師会 広報委員会

〒366-0033 深谷市国済寺319-3

☎048-573-7724

ホームページ <http://fukaya-osato.saitama.med.or.jp/>