

日野病院 病院長 孝田 雅彦



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

高齢者に勧めるワクチン  
どのくらい接種してますか

今年の夏、私に肺炎球菌ワクチンの接種案内が届きました。今年は带状疱疹ワクチンも受けようと思っていたので、5月に新型コロナウイルスのワクチン、7月に带状疱疹ワクチン1回目、8月に肺炎球菌ワクチン、9月に带状疱疹ワクチン2回目、10月に新型コロナウイルスワクチン、11月にインフルエンザワクチンと、毎月のようにワクチンを受けていました。ワクチンが重なりましたが、一通り受け終わると安心感があります。副作用も1日程度の微熱、倦怠感、筋肉痛ぐらいで済みました。

さて、今回は高齢者にお勧めする4種類のワクチンを紹介します。

破傷風ワクチンを除いてそれぞれ個別にこれまでも町報で紹介してはいますが、皆さんはどれくらい接種しているでしょうか。ぜひ確認してください。新型コロナウイルスワクチンがないじゃないかとと言われるかもしれませんが、今後新型コロナウイルスは通常の風邪と同様に扱われるようになり、ワクチン接種が必要なくなる可能性があります。今後も接種すべきワクチンかどうかは、もう少し様子を見る必要がありそうです。

### 重症化を防ぐために 計画的に接種を

では、それぞれについて簡単に紹介しましょう。インフルエンザワクチンはおそらく多くの方が毎年接種していることと思います。よって変異していくため、今年は軽くて大きな変異が起こった時には大流行となり、高齢者を中心に多くの方が亡くなります。毎年受けることで免疫を維持す

ることが大切です。

肺炎球菌は高齢者肺炎の原因として最も多く、重症の全身感染症となり、死亡率の高い重篤な疾患です。これを肺炎球菌ワクチンによって予防することができ、医療費を減らす効果があることも証明されています。5年ごとに再接種をする必要があります。インフルエンザワクチンと両方受けることで、さらに肺炎を減らす効果があることが分かっています。

次に、带状疱疹ワクチン(不活化ワクチン)は带状疱疹の発症、および带状疱疹後神経痛の予防効果があります。2回受けることで10年以上高い予防効果が持続します。通常は2回の接種で5万円近い費用がかかりますが、日野郡では町からの助成により、一万円で受けることができます。

最後はあまり世間では話題にはなりません。破傷風ワクチンです。これは1968年以後に生まれた方は定期接種を受けていますので不要ですが、1968年以前の方は受けていませので接種をお勧め

めします。

破傷風菌は土壌中に存在する菌で、畑仕事や土いじりをしてけがをすると感染する可能性があります。以前は日本で毎年2000例が発症していましたが、ワクチンの効果で最近では100例程度の発症例で、5〜10例が亡くなっています。感染してから発症まで平均10日かかるので、破傷風であることに気がつきにくいといわれています。ワクチンは3回の接種が必要ですが、10年間も効果が持続します。農作業をされる方はぜひ受けておきたいワクチンです。

こんなにたくさん受けられませんかと言われるかもしれませんが、インフルエンザワクチン以外は5年、10年有効なので計画的に接種すれば決して大変ではありません。ぜひ、かかりつけ医にご相談ください。

