

定期考査、おつかれさまです。

保健だより (高校用)

ヴォーリズ学園 保健センター 2021年10月

ねえねえ、コロナさん。

そろそろ、終息してくださいよ。

2019年12月に中国の武漢で感染が確認されてそろそろ3年目を迎えようとしています。謎のウイルスがヒトに感染する。まさにリアルバイオハザード状態を経験することになるとは…。いつまで経ってもマスク生活、三密回避、行動自粛…。

振り返ってみると、2020年3月には、突然の一斉休校やテレワーク、新しい生活様式を取り入れた新しいライフスタイルが始まり世界中、日本中が大混乱しましたね。ちょっと落ちつたかなと思えば、アルファやデルタの変異株のおかげで、今までにない第5波のビッグウェーブに日本列島がライディングしてしまい、メイクするどころか、緊急事態宣言の延長、医療・保健所のひっ迫状態の2021年、秋を迎えています。変異をし続けるコロナさん。私たちは、もうお手上げです。そろそろ、終息(収束)してくれませんか？

ねえねえ、コロナさん。

変異しすぎちゃいますか？

現在、世界保健機関の決定で新型コロナウイルス感染症の変異株は、ギリシャ文字を使用し呼ばれています。世界中で「変異株」が次々と発見されていますが、初めの頃は、変異株が最初に発見された国の国名を冠して呼ばれていました。しかし、特定の国や地域の名前をウイルスの名称に使用することで、偏見や差別につながる可能性があったり、偏見や差別を避けるために、新たな変異株の公表に消極的になる国が出ることや、ウイルスの調査や適正な評価を妨げることにつながるという懸念もあり、ギリシャ文字を使うようになったそうです。(コロナという名前もギリシャ文字由来です。)

そもそも変異とは、生物やウイルスの遺伝子情報に変化することを言います。ウイルスが増殖する際、ウイルスの遺伝情報(新型コロナウイルスの場合RNA)が書き換わることもあり、これをウイルスの変異といいます。一般的に、ウイルスは流行していく中で少しずつ変異をおこしていきます。遺伝情報の変異が起こるとウイルスの性質が変化することがあり、感染の広がりやすさ(伝播性)や、引き起こされる病気の重さ(病毒性)が変わることもあれば、ワクチンや薬が効きにくくなる(免疫逃避や耐性獲得)こともあります。

今回のデルタ株は、伝播性が非常に強いとされています。

新型コロナウイルス変異株、WHOの新呼称					
世界保健機関(WHO)は、差別助長の懸念から最初に確認された国名ではなく、ギリシャ文字のアルファベットを使用し発表					
懸念される変異株(VOC) 感染・伝播(まん延)性または毒性が増加					
α アルファ B.1.1.7	β ベータ B.1.351	γ ガンマ P.1	δ デルタ B.1.617.2		
最初に確認された日 2020年12月18日	2020年12月18日	2021年1月11日	2021年5月11日	注目すべき変異株(VOI) 市中感染、クラスター(感染者集団)の多発、複数の国で検出の可能性	
英国	南アフリカ	ブラジル	インド		
最初に確認された国					
ε イプシロン B.1.427/B.1.429	ζ ゼータ P.2	η イータ B.1.525	θ シータ P.3	ι イオタ B.1.526	κ カッパ B.1.617.1
2021年3月5日	2021年3月17日	2021年3月17日	2021年3月24日	2021年3月24日	2021年4月4日
米国	ブラジル	複数の国	フィリピン	米国	インド
出典: WHO / AFP / Handout / 米食品医薬品局(FDA)					

(2021年6月1日作成) AFPより

感染症の知識がある人は、

デルタ株のおそろしさを知っている。

デルタ株はインフルエンザの感染力より強いと言われています。1人の感染者が何人に感染させるかということに専門用語で「基本再生産数(R0)」と言います。

インフルエンザでは、おおよそ1〜3人、元祖コロナは、2〜3人程度であったのに対して、デルタ変異は5〜9人と、水ぼうそうレベルに高くなっているとされています。ちなみに麻疹(はしか)ではおおよそ12〜18人と報告されています。小さいころに定期予防接種を皆さんしていると思いますが、感染率が高かったり、重症化しやすいものについてはワクチンが作られ、接種が必要ということですね。

デルタ株は、極めて感染力の強い感染症でワクチンが済んだからと言って普段の生活に戻れば、すぐ感染します。手指の清潔、換気、不織布マスク、三密回避…今後しばらくは、注意が必要です。

ていうか、ワクチンの副反応強すぎひん？

兄弟社の先生たちは、大体が8〜9月頃にワクチンを打ちました。ほとんどの先生が発熱や倦怠感があり、大事をとってお休みをしました。10年以上発熱したことのない私も高熱が出て、「発熱ってこんなにしんどいや。」と思える機会(学び)となりました。

高校生のみなさんも住んでいる市町や、親の職域接種等でワクチン接種が進んでいると思います。Classi欠席連絡や保健センター来室状況から9月末で、200名程が少なくとも1回は接種をしています。副反応で、やはり多いのは、発熱、倦怠感、頭痛、腕の痛みです。免疫をつくるために体の細胞たちが活動しているからです。そしてコロナワクチンは、「筋肉注射」です。肩の筋肉に、垂直に接種します。ニュースで見たりすると痛そうに見えますが、痛みはそんなに強くありませんでした。接種後

15〜30分程待機をして安静を保ちます。当日は、激しい運動は控えましょう。

F社とM社のコロナワクチンは、

メッセンジャーRNAワクチンです。

ワクチンは、感染症の病原体に対する免疫をつけたり、強めたりすることで、個人の発達や重症化を予防するものです。コロナワクチンは、ウイルスのスパイクたんぱく質(表面の突起の設計図)を取り出し、ワクチン接種をして免疫ができるのを待ちます。もし、ウイルスが体内に侵入してもスパイクタンパク質に反応した抗体やキラーT細胞たちが守ったり破壊をしてくれます。生ワクチンや、不活性化ワクチン等がありますが、メッセンジャーRNAワクチンは、新しい技術のワクチンと言えます。スパイクたんぱく質は1273のアミノ酸基が連続したもので数個程度のアミノ酸の変化であれば、変異株でも大きな影響はないとされているそうです。

参考資料…首相官邸YouTubeより

ワクチンの効果ってどんなもんなん？

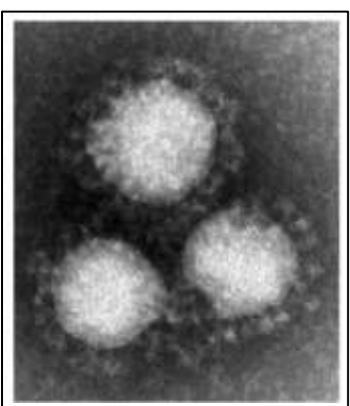
国内で承認されているワクチンで主流になっているのがF社とM社。2回目を接種して十分な免疫ができるとされているのは、F社は7日目以降から、M社は、14日目以降からとされています。どちらも発症予防効果94〜95%とされています。絶対に感染しないではなく、発症リスクが20分の1で、100人中95人に効くという意味ではなく、接種した人の発症率が接種しなかった人の発症率より95%少ないという意味です。接種後の感染を示す、ブレイクスルー感染の脅威、変異株への対応等で他国では、追加で3回目接種(ブースター接種)が始まっているところもあります。

最後に…

コロナ前って何してたっけ？みんなでワイワイ、ガヤガヤしたり、ご飯いたり、放課後に遊んだり…。

みんなの学校生活、青春時代をも奪ってしまっている新型コロナウイルス感染症。いつまで続くのか…もうコロナ疲れもいところ。見通しの持てない中、心配や不安が募ります。あきらめの佳境に入ってしまったような気持ちにもなってしまうます。

でも、いつかはきつとまた笑顔で。世界全体で終息(収束)宣言が出されるように、今はやっぱり基本の感染症対策を徹底して、過ごすしかないと思います。



こちら新型コロナウイルス 国立感染症研究所より