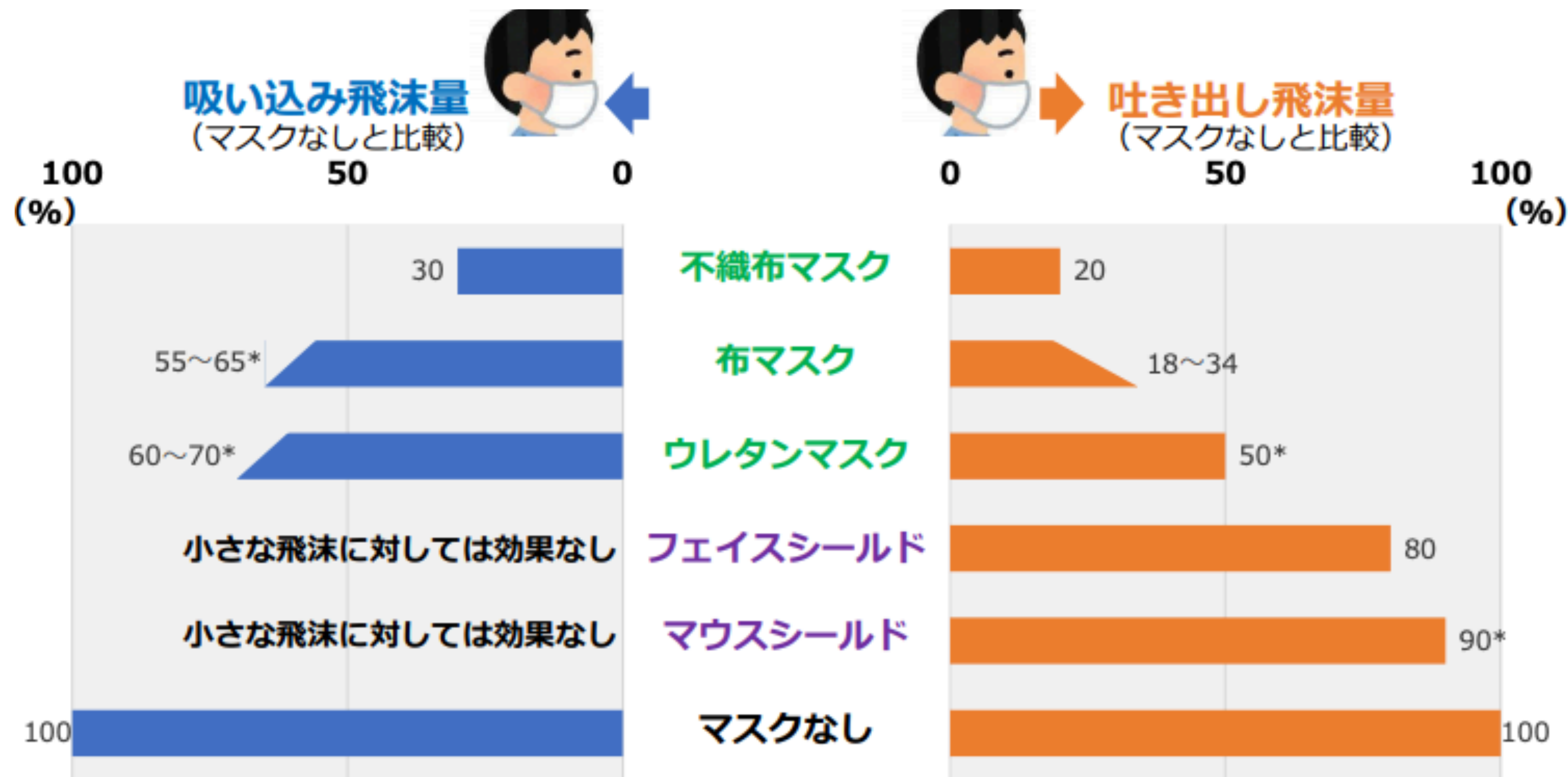


飛沫に対するマスク・シールドの効果



感染をさせない、もらわないためには、マスクは不織布が一番です。

フェイスシールドやマウスシールドでは感染は予防できませんのでご注意ください。

【実験方法】

各素材のマスクを着用した人頭モデルにミスト生成装置を接続し、飛沫の飛散状況をレーザー光を用いて可視化しカウント。吸い込み時の計測は実際に人がマスクを着用。小さな飛沫から大きな飛沫（直径0.3~200μm）まで計算。マスクは厚生労働省が示す正しい着用方法に基づき着用。

* 豊橋技術科学大学による実験値

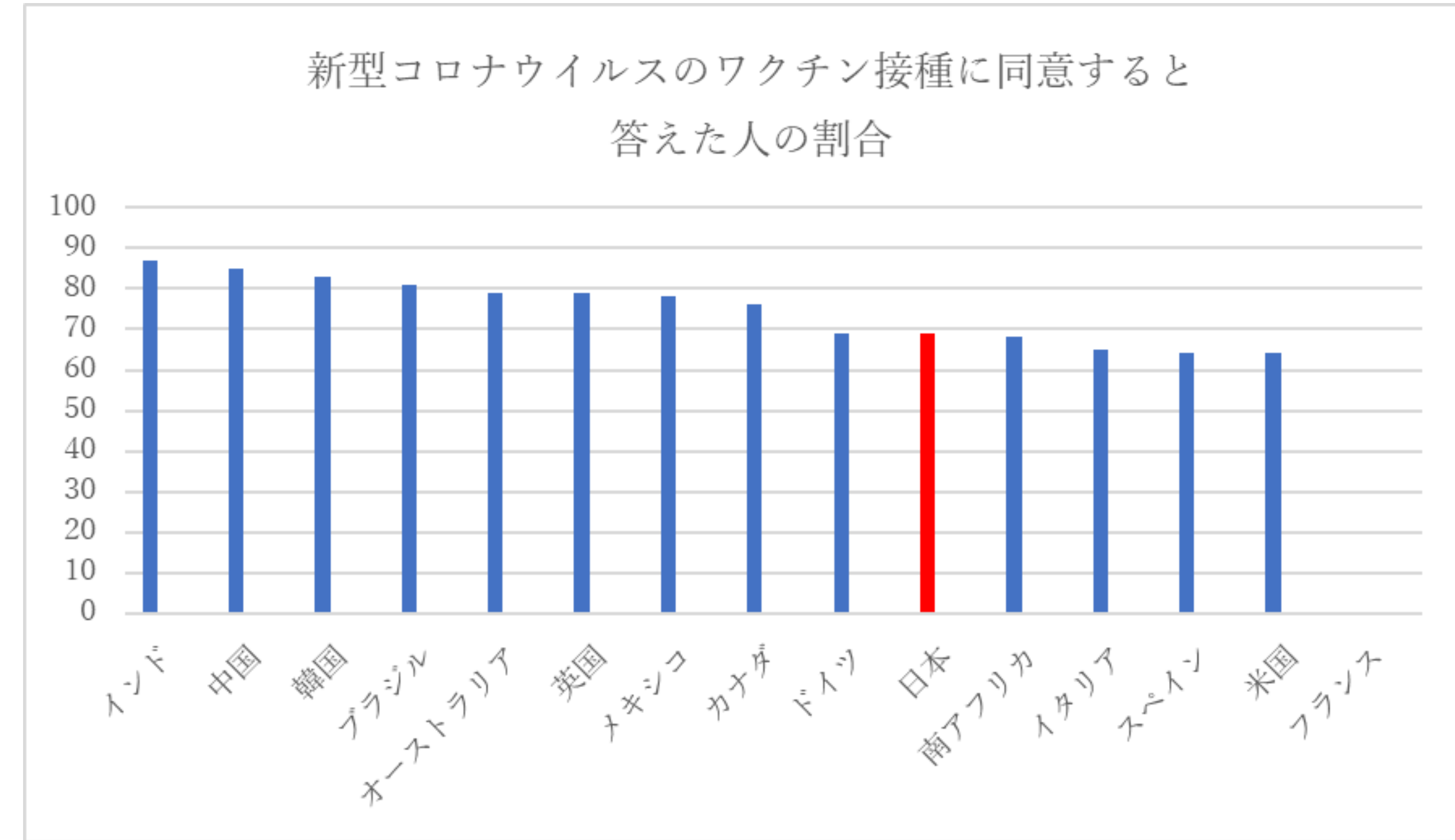
参考資料：豊橋技術科学大学プレスリリース（2020年10月15日）

コロナワクチンを接種すべきでしょうか？

最近外来で患者さまからこの質問をされます。

スイス「世界経済フォーラム」と民間調査会社「イプソス」による意識調査によると、日本では「ワクチンの接種に同意する」と答えた人は69%（15カ国平均は73%）でした。

同意しない理由は「副反応への懸念」と答えた人が62%と多く、副反応への懸念が最も低かったアメリカの2倍以上です。



ワクチン接種の究極の目標：集団免疫を獲得し、国内の感染増加を抑え込むことにあります。

結論：出来るだけ多くの方がコロナワクチンを接種することで感染を抑え込むことができます！

疑問、質問はスタッフにお話してください。

コロナワクチンの効果は？

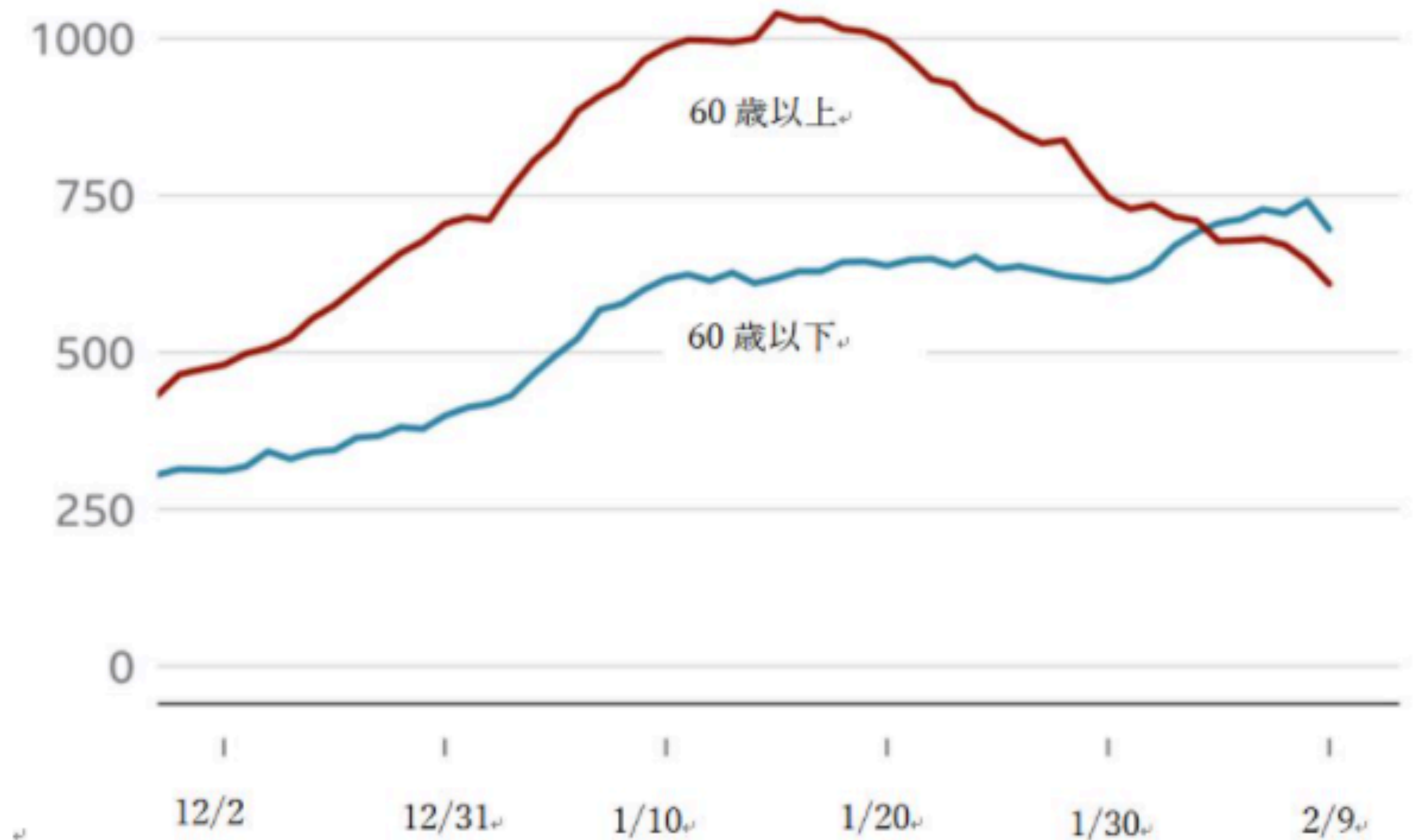
世界中で既に世界70以上の国で1億8000万人以上が接種されています。

イスラエルでは今年の2月5日までに60歳以上の90%が一度目のワクチン接種を終えています。

1月11日時点と比較してこの集団での感染者は41%減少、入院数も31%減少を認めています。

ワクチンは感染予防、重症化予防には効果があります。

安全性に対しては、アナフィラキシーを除く重篤な副作用は認めていません。



イスラエル年齢別での入院数 (Weizmann Institute of Science、BBCデータを基に作成)

コロナワクチンの3種類の比較

会社名	ファイザー	モデルナ	アストラゼネカ	参考： インフルエンザワクチン
ワクチンの種類	mRNA	mRNA	ウイルスベクター	不活化ワクチン
接種回数	2回（21日間隔）	2回（28日間隔）	2回（28日間隔）	成人は通常1回
接種方法	筋肉注射	筋肉注射	筋肉注射	皮下注射
有効性 （95% = 接種していない人と比べて発症するリスクが95%減）	95%	94%	70% （標準量2回：62% 低用量/標準量：90%）	20～60%
多くみられた副反応疑い	接種したところの痛み（70～90%） 疲労感（40～60%） 頭痛（30～50%） 悪寒（10～50%）	接種したところの痛み、疲労感、頭痛、悪寒、筋肉痛（18～55歳で50%以上）	接種したところの圧痛・痛み、疲労感、頭痛、不快感、筋肉痛	接種したところの赤み、腫れ、痛み（10～20%） 発熱、頭痛、悪寒、倦怠感（5～10%）
アナフィラキシー反応	4.7例/100万回*	2.5例/100万回*	8.7例/100万回**	1.3例/100万回

* 2021年2月12日時点の米国からの報告より / ** 2021年2月8日時点の英国からの報告より

厚生労働省「新型コロナウイルスワクチンの副反応の収集・評価について」令和2年12月25日

厚生労働省「ファイザー社の新型コロナワクチンについて」

Tom T Shimabukuro, et al. JAMA. 2021 Feb 12

Torjesen I, et al. BMJ. 2021 Feb 8;372:n363

厚生労働省「インフルエンザQ&A」

CDC Finds One in 400,000 Had Anaphylaxis After Moderna Shot / Bloomberg. 2021.1.23

Copyright © 2021 CareNet, Inc. All rights reserved.

ジヨンソン・エンド・ジヨンソン COVID-19ワクチン



米国ではJ&JのCOVID-19ワクチンが米食品薬品局（FDA）の発表では、一回の接種で十分な効果がることを発表しました。

米国、南アフリカなどで4万人以上の臨床試験が行われました。
一回接種でCOVID-19の発症を66%抑制しました。

重症化予防効果は米国で85.9%、南アフリカで81.7%、ブラジルで87.6%でありました。
重要な点として、年齢や人種、基礎疾患の有無にかかわらず、すべてのグループでほぼ同じ効果が確認された。

米ファイザー（Pfizer）製と米モデルナ（Moderna）製のワクチンで報告された重度のアレルギー反応（アナフィラキシー）の報告はありませんでした。



COVID-19流行下の痛風患者実態調査



TOSHINKAI

COVID-19の流行拡大により、感染症対策として外出自粛生活や在宅勤務が普及したことで、食生活のバランスの乱れ、運動不足、ストレス増加などが生活習慣病リスクにつながるものが危惧されています。

日本生活習慣病予防協会が医師338人に行ったアンケートでは、3割以上の医師がCOVID-19流行の影響で痛風・高尿酸血症患者が増えたと回答しています。

「在宅（家にいること）が増えた」 52%

「外食が減った」 65%

「ストレスが増えた」 23%

「コンビニ弁当が増えた」 7%

「ファストフードが増えた」 7%

「菓子などが増えた」 13%

「運動に対する意識が高まった」と回答した人：7%

「運動量が増えた」と回答した人は17% 「体重が増えた」は28%であった。

結論：運動に対する意識はあるものの、実際に行動変容には至っていない。行動に移しましょう！！