

医療関係者のみなさまへ

医師と保健師・助産師・看護師のためのVPDブック



命と健康を守るために
VPD（ワクチンで防げる病気）の重大さと
予防接種の大切さを伝えてください。



はじめに

医療関係者のみなさまへ

NPO法人VPDを知って、子どもを守ろうの会は、2008年にVPD（ワクチンで防げる病気）から日本の子どもたちを守りたい、との願いから発足しました。

ワクチンの情報は、この数年で新聞や雑誌、インターネット上で多くの情報が発信されるようになりました。しかし、多すぎる情報によって正しい情報の見極めが難しくなり、ワクチンについて誤解している人も少なくありません。

医療関係者のみなさまにお願いしたいこと。それは、VPDやワクチンの正しい情報を一般の方に伝え、必要なワクチンを受けるように導くことです。この1冊が、赤ちゃんから大人まで、多くの方の健康に役立つことができれば幸いです。

保健師、助産師、看護師のみなさまへ

子育ての先輩であり、地域の情報をよく知る育児サポーターとして保護者が信頼を寄せている、みなさまのアドバイスはたいへん重要です。私たちとともに、大切な赤ちゃんの未来と家族の幸せを守りましょう。

NPO法人VPDを知って、子どもを守ろうの会

赤ちゃんは 大人に守られるべき存在なのです

● 動物に比べれば、人間はみな未熟児

多くの哺乳類の赤ちゃんは生まれた直後から自分で歩き始めます。一方、人間の赤ちゃんは歩き始めるまでに1年ほどかかります。哺乳類の常識からいえば、人間の赤ちゃんは未熟な状態で生まれてくるようなもの。だから赤ちゃんにはサポートが必要で、保護者や周囲の人に守られ、いろいろとお世話しえもらいながら成長していくのです。



● 病気に対する免疫力も未熟なのが、赤ちゃん

子どもは大人の縮小版ではありません。子どもと大人はサイズが違うだけでなく、からだのつくりやはたらきも異なります。とくに赤ちゃんはからだのはたらき、つまり機能が未熟なのです。病気に対する免疫力も同じで、生まれてすぐの免疫力が一番弱く、6か月を過ぎるころから少しづつ強くなってきます。さまざまな感染症にかかることで免疫をつけながら成長していきますが、それでも2歳くらいまでは大人に比べるとまだまだ弱いままです。6歳頃でようやく大人に近づきます。

● 集団保育児は、病気になりやすい

よく「赤ちゃんは病気にかからない」と言われます。へその緒や母乳を通じて母親から受け継いだ免疫抗体が赤ちゃんを守ってくれるからです。でも、その免疫は、生後6か月くらいまではなくなってしまい、その頃から風邪などの感染症によくかかるようになります。とくに集団保育児は感染症にかかりやすいと言われています。

● 病気にかかりやすくなる前に、ワクチンで予防

お母さんのおなかの中で大切に守られてきた赤ちゃん。誕生直後もある程度はお母さんから受け継いだ免疫で守られています。しかし、もともと免疫を受け継いでいない感染症もありますし、お母さんからの免疫も月齢とともに弱くなりますので、愛情だけで赤ちゃんを守ることはできません。さまざまなVPD（ワクチンで防げる病気）から赤ちゃんの健康を守ることができるのはワクチンです。病気にかかりやすくなる生後6か月ごろまでに、しっかりと免疫をつけてあげることが大切。そのためには、生後2か月からのワクチン接種がとても大切なのです。

保護者に
伝えたいこと

赤ちゃんはからだが小さく、病気に対する免疫力も未熟。
生後2か月になつたら、ワクチンで赤ちゃんを守りましょう。

赤ちゃんの安全・健康を 守る方法があります

赤ちゃんの安全を守るための方法

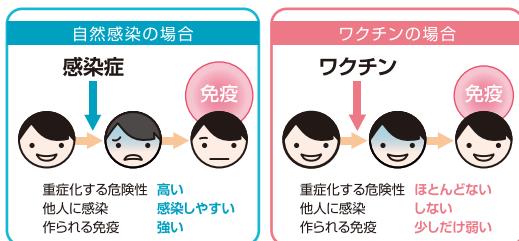
赤ちゃんの周囲には、注意をしなければいけない事故のものがたくさんあります。例えば、たばこや医薬品などの誤飲・やけど・転落・溺水など。赤ちゃんの安全のために、保護者はその行動を予測して事故を防ぐ工夫をします。自動車を利用するときに正しくチャイルドシートを装着することもそのひとつですね。赤ちゃんの安全を守るための方法には、風邪が流行している時期に赤ちゃんを人込みに連れて行かない、防寒対策や衛生管理などがあります。同じようにVPD(ワクチンで防げる病気)にかかるための方法として、ワクチン接種があるのです。

ワクチンは安全な状態で免疫をつくる

VPDにかかるための方法として、ワクチンがあります。ウイルスや細菌の病原性(毒性)を弱めたり無くしたりしたものを体内に入れ、自然感染と同じくして免疫を作り出します。ただし自然感染のように実際にその病気を発症させるわけではなく、コントロールされた安全な状態で免疫を作り出します。ワクチン接種後の副反応はゼロではありませんが、多くは接種した部分が腫れたり、少し熱がでたりする程度です。

自然感染による免疫は安全か

自然に病気に感染すれば、その病気に対する免疫を作り出すことができます。病気によっては強力な免疫ができ長期間持続しますので、1回感染すれば生涯にわたってその病気にかかりにくくなります。だから「自然にかかったほうがいい」と誤解されることも。でも忘れないでください。そもそもワクチンは、感染すると重い後遺症や死亡の危険性の高い病気を予防するために開発されました。自然感染では、強力な免疫の代償としてつらい症状に苦しむだけでなく、死亡や重い後遺症など重症化の恐れがあることを。



ワクチンは、世界が認めた予防法

ワクチン接種はWHO(世界保健機関)を中心に世界中で推進されています。世界中でこれほど多くの人に使用されている薬剤(ワクチンも薬の一種)ではなく、ワクチンほど接種後の調査が行き届いているものはありません。欧米では、多くの科学的な調査が徹底的に行われ、ワクチンの安全性が証明されています。

保護者に
伝えたいこと

自然感染には、死亡や重症化の恐れがある。
VPDは、ワクチン接種で予防するのが安全で確実です。

赤ちゃんのために ワクチンができること

なぜ、ワクチンによる予防が必要なのか

ワクチンの開発は、感染力が強く、発症すると死亡や深刻な後遺症を残す危険性が高い病気から人類を守るために続けられてきました。現代医学でも根本的な治療法がない感染症は、ますます予防の重要性が高まります。だからこそVPD（ワクチンで防げる病気）は、ワクチンによる予防が必要なのです。

子どものかかりやすい、主な感染症
～VPDとVPDでないもの～

- ・突発性発しん
- ・ヘルパンギーナ
- ・手足口病
- ・伝染性紅斑（りんご病）
- ・咽頭結膜熱（ブル熱）
- ・とびひ
- ・マイコプラズマ肺炎
- ・尿路感染症
- …その他
- ・B型肝炎
- ・ロタウイルス感染症
- ・ヒブ感染症
- ・小児の肺炎球菌感染症
- ・ジフテリア
- ・百日せき
- ・破傷風（はしょうふう）
- ・ポリオ
- ・結核
- ・麻疹（はしか）
- ・風しん
- ・おたふくかぜ
- ・水痘（みずぼうそう）
- ・日本脳炎
- ・インフルエンザ
- ・A型肝炎
- ・HPV感染症
- ・髄膜炎菌感染症

VPDはごくわずか

全ての感染症に対してワクチンがあるわけではありません。ワクチン開発は容易ではなく、多くの困難が立ちちはだかります。せっかくワクチンで防げるのですから、それを使わない手はありません。

ワクチンがない

▼
予防が難しい
VPDでない感染症

ワクチンがある

▼
予防が可能
VPDの感染症

ワクチンは、自分も周りも守る

ワクチンの目的には個人免疫と集団免疫の2つの側面があります。VPDが流行しなければ、免疫力の弱い人たち—ワクチンを受ける年齢になっていない赤ちゃん、妊婦さんとおなかの赤ちゃん、病気のためにワクチンを受けたくても受けられない人、体力の低下した高齢者など—も、VPDから守られます。

ワクチン接種の役割

- 1、接種した人がVPDにかかるないため
- 2、たとえVPDにかかるても重症化しないため
- 3、接種していない人にうつさないため
(地域社会でVPDの流行を防ぐ)

健康でいると気づかないワクチンの恩恵

多くの命を救うことができるワクチンは、人生のスタートである赤ちゃんの時期にこそ必要です。ワクチンは小児の死亡率を下げる最も重要な役目を果たし、ワクチンにより多くの子どもたちが病気にかかることなく健康に暮らしています。ワクチンの恩恵は忘れられがちですが、あたりまえのように健康でいることはワクチンのおかげでもあるのです。

保護者に
伝えたいこと

VPDは、治療法がなく、命にかかるこわい病気。
だからワクチンで、自分も周りも守ることが大切です。

ワクチンデビューは、生後2か月の誕生日

● ワクチン接種は、生後2か月から

2007年以降、新しいワクチンが登場して予防できるVPD(ワクチンで防げる病気)が増えました。生後2か月で接種するワクチンは4種類、1か月ごとに複数回受けるワクチンもあります。そこで、大切な赤ちゃんをVPDから守るために、もっとも早く、確実に必要な免疫をつけるためのスケジュール(右ページ参照)を提案しています。

● スタートダッシュが肝心

ワクチンの目的はVPDの予防です。VPDにかかりやすい時期になる前に、あらかじめワクチンで十分な免疫をつけておくことが大切です。とくに赤ちゃんは免疫力が未発達のため、重症化しやすく入院が必要になったり、命がおびやかされたりする場合があります。そうならないためには、できるだけ早く予防接種をスタートすることが必要です。

● 早く免疫をつけるためには、同時接種が必要不可欠

0歳で受けるワクチンは6種類*(接種回数は15回以上)。ワクチンを1本ずつ受けていると接種が遅れ、かかりやすい時期までに確実にVPDを予防することができません。後回しにしたVPDにかかってしまったたら大変です。そうならないためには、一度に複数の免疫をつける同時接種が必要不可欠。同時接種の必要性と安全性は世界の常識です。

*B型肝炎、ロタウイルス、ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合(DPT-IPV)、BCGのワクチン

● 初めてのワクチンは、この4つ!

B型肝炎 + ロタウイルス + ヒブ + 小児用肺炎球菌

初めての予防接種で4種類も受けるのには、理由があります。これらのワクチンで防げる病気は、「診断が難しい」「重症になりやすい」「薬が効きにくい」ために、どれも赤ちゃんがかかるとたいへんなのです。だからこそ、かかりやすくなる前にきちんと受けておきましょう。

● 具体的なスケジュールは、かかりつけ医と相談しましょう

生後2か月からきちんと接種できるよう準備していても、予定通りにいかないことが多いですね。お子さんの体調がいつもよいとも限りませんから、接種できるときには同時接種で受けておけば、早く免疫が獲得できます。効果的で効率的なスケジュールをかかりつけ医と相談するよう、保護者に伝えましょう。

保護者に
伝えたいこと

初めてのワクチンは4種類。生後2か月になったら
できるだけ早く同時接種で受けましょう。



同時接種は 赤ちゃんを確実に守るためのもの

0歳のワクチンは、種類が多くてたいへん

日本の赤ちゃんが1歳前に接種する主なワクチンはロタウイルスワクチンを含めて6種類。接種回数は15回以上にもなります。ワクチンの接種後は、必要な間隔をあけなければ次のワクチンが受けられませんので、計画的に接種する必要があります。

同時接種は、早く確実に複数のVPDから守るということ

赤ちゃんは、いつ、どのVPD（ワクチンで防げる病気）にかかるのかはわかりません。だからどのワクチンを先に受ければよいかもわかりません。単独接種で受けると必要な免疫を作り出すのに時間がかかり、1つの免疫を作り出すあいだにほかのVPDにかかってしまうことがあります。同時接種をすれば通院回数が減り、スケジュールが楽になります。それ以上に、複数のVPDの免疫をできるだけ早くつけることになります。だから世界中で同時接種が推進されているのです。

0歳児のおすすめ接種スケジュール



同時接種をしている医療機関をチェック

世界中で実施されている同時接種ですが、残念ながら日本では対応していなかったり、本数を制限していたりする医療機関も少なくありません。保護者からの問い合わせに答えられるように、地域で同時接種をしている医療機関を事前に調べておくことが必要です。

ワクチンの効果と安全性は、同時接種でも変わりません

一度に何本ものワクチンを接種しても安全なのでしょうか。長いあいだ世界中で同時接種がおこなわれているにもかかわらず、問題は起きていません。これが、答えです。また、同時接種によってワクチンの効果が減ることはありません。同時接種をすることで副反応が出やすくなったり特別な副反応が出たりすることもありません。

保護者に
伝えたいこと

同時接種の効果と安全性は単独接種と変わりません。
早く確実にVPDから守るために、同時接種で受けましょう。

受けなくてもよいワクチンはありません



任意接種も定期接種もワクチンの必要性は同じです

保護者の方に「任意接種は受けなくてもよいのですか」と聞かれことがあります。日本では予防接種法による「定期接種」とそれ以外の「任意接種」がありますので、保護者の方が誤解するのも仕方ありません。任意接種のワクチンは「受けなくてもよいワクチン」でもなく、任意接種ワクチンで予防するVPD（ワクチンで防げる病気）が軽いVPDでもないのです。任意接種ワクチンのVPDも死亡や重い後遺症の危険性は高く、予防がたいへん重要です。2020年にロタウイルスワクチンが定期接種となり、子どもが受ける主なワクチンの多くが公費（無料）で受けられるようになりました。

任意接種ワクチン（2021年2月時点）

- | | |
|----------------|--------------|
| ・おたふくかぜワクチン | ・インフルエンザワクチン |
| ・三種混合ワクチン（入学前） | ・髄膜炎菌ワクチン |

2013年以降、定期接種となったワクチン

[] 内は定期接種化の時期

- | | |
|----------------------|------------------------|
| ・ヒブワクチン [2013年4月] | ・小児用肺炎球菌ワクチン [2013年4月] |
| ・HPVワクチン [2013年4月] | ・水痘ワクチン [2014年10月] |
| ・B型肝炎ワクチン [2016年10月] | ・ロタウイルスワクチン [2020年10月] |



任意接種ワクチンも公費助成があります

定期接種は無料、任意接種は有料といわれますが、正確には定期接種は公費負担、任意接種は原則自己負担のワクチンです。ここ数年、任意ワクチンの公費助成の制度が進み、地域ごとに公費助成制度があります。接種対象者や費用、予診票（接種券）の受け取り方などくわしくはお住まいの自治体までお問い合わせください。



定期接種と任意接種の違いは救済制度

定期接種と任意接種のVPDはどちらも重大なVPDですが、極めてまれなワクチン接種後の重大な副作用（健康被害）に対する救済制度には大きな違いがあります。きちんとした救済制度は、安心して予防接種を受けるのに必要なことです。定期接種の健康被害に対しては、任意接種の健康被害よりも手厚い救済制度があります。



最新情報をチェック

現在、任意接種ワクチンを定期接種にする動きが進められています。定期接種になるワクチンや自治体の公費助成制度、新しいワクチンの導入などワクチンに関するニュースをチェックしておきましょう。

ウェブサイト『KNOW★VPD!』 <http://www.know-vpd.jp> VPD

検索



保護者に
伝えたいこと

任意接種のVPDも、死亡や重症化の恐れがあるこわい病気。
助成の情報提供も忘れずに！

かかりつけ医は、赤ちゃんと保護者の味方です

● 出生届の次は、小児科さがし

生後2か月からワクチン接種をはじめるためには、生後2か月になる前にかかりつけの小児科に問い合わせて予約をしなければなりません。そのために出生届を提出したらかかりつけの小児科さがしを始めましょう。

かかりつけ医は、同時接種で受けられる医療機関（できれば小児科）を選ぶのがおすすめ。自治体の予防接種指定医療機関リストを参考に、あらかじめ医療機関に同時接種ができるか問い合わせをしておくと安心です。

ワクチンデビューカレンダー

生後2か月でワクチンデビューをするために、赤ちゃんのお誕生から準備をしておきましょう。

お誕生

0か月

お七夜・命名式

産院退院

出生届提出

・首が座っていないので横抱きをしましょう。

・授乳中ケータイはしないで赤ちゃんと目を合わせて。

かかりつけ医探し

予防接種の予約

1か月

お宮参り

1か月健診

「予防接種スケジューラー」などのアプリ活用

・抵抗力が弱いので人込みはさけて、外気に触れる程度にしましょう。

・そろそろ大人と同じお風呂に入っても大丈夫。

2か月

ワクチンデビュー

B型肝炎ワクチン

ロタウイルスワクチン

ヒブワクチン

小児用肺炎球菌ワクチン

・お天気の良いときはお散歩にでかけても。

保護者に
伝えたいこと

生後2か月から同時接種で受けられる小児科がおすすめ。
出生届を提出したら、小児科さがしを始めましょう。

ワクチンを接種しなかったら どうなるでしょう



VPDにかかると、子どもの未来に影響します

VPD(ワクチンで防げる病気)にかかると、深刻な後遺症が残ったり、命がおびやかされたりします。子どもたちの将来の夢や希望がかなわなくなることも考えておかねばなりません。よく知られている感染症の水痘(みずぼうそう)やおたふくかぜででも死亡することがあります。幸いなことに軽く済んだとしても、子どもは医療機関に通院や入院することになり、保育所や幼稚園、学校などを長期間休むことになってしまいます。子ども自身は発熱やその他の症状などでつらいことでしょう。



保護者には、身体的、精神的、経済的負担がかかります

子どもがVPDにかかると、かかった本人だけでなく保護者や家族の方々の日常生活にもさまざまな影響が出ます。身体的にも、精神的にも、また経済的にも大きな負担がかかってしまいます。

- 1.通院の場合は、家庭での看護のために、仕事・育児・家事・学業などに影響します。
- 2.その埋め合わせを同僚や家族などが行わなければなりません。
- 3.共働き家庭では、どちらかが仕事を休まなければなりません。
- 4.入院の場合は、病院での付き添いのために生活により大きな影響が出ます。
- 5.治るまでは、公共交通機関を利用することは控えなければいけません。
- 6.重症になれば、さらに長期間、影響することになります。
- 7.「ワクチンを受けていれば…」と、精神的なストレスを抱えます。
- 8.兄弟姉妹にうつると、さらに影響が出ます。
- 9.お友だちにうつしてしまい、重症になったら、取り返しがつきません。
- 10.上記の1~5の理由で、出費(「間接医療費」といいます)がたいへん増えます。



おなかの赤ちゃんにも、大問題です

妊娠中の女性がVPD(麻しん、風しん、みずぼうそうなど)にかかると、赤ちゃんに重大な影響が出ることがあります。たとえば、風しんは普通の経過では軽い病気と考えられていますが、妊娠中の女性がかかると、へその緒を通しておなかの赤ちゃんにうつことがあります。妊娠初期であればあるほど影響が出やすく、生まれつき目が見えなかったり、耳が聞こえなかったり、重い障害を残す先天性風しん症候群(CRS)が知られています。2012年から2013年の風しんの流行により、45例のCRSの報告(2014年10月8日現在)があります。おなかの赤ちゃんに影響がなかった場合でも、妊婦中にVPDにかかることは身体的、精神的な大きな負担となります。



保護者に
伝えたいこと

お子さんがVPDにかかった場合を想像してください。
本人のつらさはもちろん、保護者の負担は計り知れません。

接種回数を守らないと 赤ちゃんをVPDから守れません



しっかり予防するためには複数回の接種が必要

不活化ワクチンは、ウイルスや細菌の病原性（毒性）を完全になくして、免疫を作るのに必要な成分だけを製剤にしたものです。自然感染や生ワクチンにくらべて生み出される免疫力は弱いため、1回の接種では十分でなく、何回かに分けての追加接種が必要になります。接種回数はそれぞれのワクチンによって異なります。

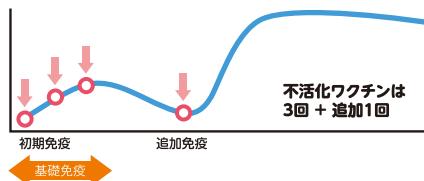


接種回数が足りないと、十分な予防効果が期待できません

必要な接種回数を受けなかったらどうなるでしょう。4回接種で完了するワクチンを3回まで受け、残りの1回を受けなかったとすると、3/4の75%の効果があるでしょうか。答えは、ノーです。

はじめの3回のワクチン接種（初期免疫）で、抗体（病気に対する抵抗力）ができます。でも、残念ながらその予防効果は時間の経過とともに低下してしまいます。ある程度の期間をあけて追加接種を1回受けると、再び抗体ができより確実に予防することができるのです。これを追加免疫効果（ブースター効果）といいます。

不活化ワクチンの接種回数と抗体の変化



自然感染のブースター効果

ブースター効果はワクチンの追加接種だけでなく自然感染でも、再び抗体ができ、予防効果が高まります。医療従事者や保育士さんなどが子どもの感染症にかかりにくいのは、日常的にそれらの感染症に触れているブースター効果のおかげと考えられます。



生ワクチンでも複数回の接種が必要です

生ワクチンの場合、例えば麻しんワクチンは、かつては一度の接種で効果は一生続くと考えられていました。しかし、多くの人がワクチンを接種したことでの麻しんの流行が減り発症者と接触する機会も減りました。そうなるとワクチンで得られた免疫力は時と共に下がってくることが分かつてきました。そのため、以前は一度の接種でよかったのが今や世界中で2回の接種が必要だと変わってきました。また水痘やおたふくかぜは、1回のワクチン接種では十分な予防効果が期待できません。現在の日本のように大きな流行がない状況では、自然感染のブースター効果が期待できません。そのため、生ワクチンも複数回接種を受けてしっかりと抗体を高めておく必要があるのです。



保護者に
伝えたいこと

追加接種を受けないと予防効果は時間の経過とともに低下。
必ず、決められた接種回数を受けるようにしましょう。

◆子どものVPD一覧

ワクチンで防げる病気	【ワクチン名】●接種回数
B型肝炎、肝硬変、肝臓がん <ul style="list-style-type: none"> ・B型肝炎ウイルスが体に入り、肝炎を起こす ・慢性（キャリア）化が、肝硬変や肝臓癌の原因になる ・3歳未満の子どもがかかると慢性化しやすい ・たいへん感染力が強い ・感染はキャリアの母親（母子感染・垂直感染）や父、祖父母らの家族（水平感染） 	<p>【B型肝炎ワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 3回 ・生後2ヶ月からヒブ、小児用肺炎球菌、ロタウイルスワクチンと同時接種がおすすめ ・母親がB型肝炎キャリアの場合、健康保険が適用 ・母親以外の家族にB型肝炎キャリアがいる場合は出生後すぐに接種（定期接種） ・1歳以上でも未接種の人は任意接種で、できるだけ早く接種
ロタウイルス胃腸炎 <ul style="list-style-type: none"> ・ロタウイルスに感染して、嘔吐と下痢を繰り返す ・胃腸炎の中で一番重症になりやすく、脱水症で入院するだけで無く、けいれんや脳炎など全身の重い合併症をおこしたりする ・感染力が強く、しかも有効な予防法がないので、保育所などだけでなく、病院でもしばしば流行する 	<p>【ロタウイルスワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生ワクチン（経口接種） ●1価「ロタリックス」2回、5価「ロタテック」3回 ・腸重積発症リスクを下げるため、初回接種は生後14週6日までに接種 ・生後2ヶ月からヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎ワクチンと同時接種がおすすめ
ヒブ感染症 <ul style="list-style-type: none"> ・ヒブがのどに定着し、細菌性皰膜炎、喉頭蓋炎、肺炎などをおこす ・細菌性皰膜炎は早期診断や治療が難しく、死亡や重い後遺症を残す危険性が高いこわい病気 ・保育所など集団保育でかかりやすい 	<p>【ヒブワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 4回 ・定期接種（2013年4月） ・生後6か月までに初回3回を接種、1歳過ぎに4回目を接種 ・生後2か月で小児用肺炎球菌、ロタウイルス、B型肝炎ワクチンと同時接種がおすすめ
肺炎球菌感染症 <ul style="list-style-type: none"> ・肺炎球菌がのどに定着し、細菌性皰膜炎、菌血症、肺炎、重い中耳炎などをおこす ・細菌性皰膜炎は早期診断や治療が難しく、死亡や重い後遺症を残す危険性が高いこわい病気 ・かかった子どもの半数以上が0歳の赤ちゃん ・保育所など集団保育でかかりやすい 	<p>【小児用肺炎球菌ワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 4回 ・生後6か月までに初回3回を接種、1歳過ぎに4回目を接種 ・生後2か月でヒブ、ロタウイルス、B型肝炎ワクチンと同時接種がおすすめ ・2013年11月から7価から13価ワクチンに切り替え
ジフテリア <ul style="list-style-type: none"> ・ジフテリア菌がのどなどについて、神経や心臓の筋肉をおかし、ときには死亡することもある 破傷風 <ul style="list-style-type: none"> ・破傷風菌が傷口から入り、筋肉をけいれんさせる 百日せき <ul style="list-style-type: none"> ・百日せき菌がのどについておこり、長時間せきが続き、体力を消耗する ・乳児では息を止めてしまい、けいれんをおこしたり、死亡することもある ポリオ（急性灰白髄炎） <ul style="list-style-type: none"> ・ポリオウイルスによって神経が侵されて、手足の筋肉がまひする ・日本では30年間発症者が出ていない 	<p>【四種混合ワクチン(DPT-IPV)】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化 4回 ・ジフテリア、百日せき、破傷風、ポリオを予防 ・流行している百日せき予防のために、生後3か月になつたらできるだけ早く接種 ・生後3か月でヒブ、小児用肺炎球菌ワクチンなどと同時接種がおすすめ <p>【三種混合ワクチン(DPT)】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・ジフテリア、百日せき、破傷風を予防 ・小学校で流行する百日せきの予防のために、入学前の接種がおすすめ ・2回目のMRワクチンと同時接種がおすすめ

ワクチンで防げる病気	【ワクチン名】●接種回数
<p>結核</p> <ul style="list-style-type: none"> ・結核菌が肺や脳の髄膜について炎症をおこし、子どもでは重症化しやすい ・同居の家族から感染することが多いので、せきが続く同居者は必ず診察を受けることが必要 	<p>【BCGワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合ワクチン（DPT-IPV）を2回以上受けた後の接種がおすすめ ・個別接種の場合は、これらのワクチンと同時接種
<p>麻しん</p> <ul style="list-style-type: none"> ・麻しんウイルスによっておこる感染力が強い（空気感染する）病気 ・かかった人の約30%は肺炎、腸炎、中耳炎などの合併症をおこす。まれに脳炎をおこすことがある <p>風しん</p> <ul style="list-style-type: none"> ・感染力が強い風しんウイルスによっておこる ・妊娠初期にかかると胎児に影響し、先天性風しん症候群の子どもが生まれることがある ・成人でもかかったことがない人は、ワクチン接種で予防 	<p>【MRワクチン(麻しん風しん混合)】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生ワクチン 2回 ・1歳のお誕生日に接種ができるように、事前にかかりつけ医と相談しておく ・2回目は、小学校入学前の4月から6月に受けるのがおすすめ
<p>おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おたふくかぜウイルス（ムンブスウイルス）によって唾液腺（耳下腺、顎下腺など）が腫れる全身の病気 ・重症になると脳炎、一生治らない難聴、無菌性髄膜炎などの合併症をおこす ・感染力が強く、集団保育でしばしば流行する 	<p>【おたふくかぜワクチン】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生ワクチン 2回 ・MRやみずぼうそうワクチンと同時接種も可能 ・1回目を1歳早期に接種すると副反応が少ない ・3～7歳頃に2回目の接種がおすすめ ・先進国で定期接種となっていないのは日本だけで、他の先進国は2回接種をしている ・自治体によっては接種費用の一部または全額の助成がある
<p>水痘(みずぼうそう)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水痘帯状疱疹ウイルスによって、発熱とかゆみを伴う水疱が全身に広がる ・脳炎や肺炎などの合併症や死亡することもある ・感染力が強く、集団保育でしばしば流行する 	<p>【水痘(みずぼうそう)ワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生ワクチン 2回 ・1歳になったらできるだけ早く接種 ・MRやおたふくかぜワクチンとの同時接種も可能 ・1回目接種後3か月たつたら、2回目を接種
<p>日本脳炎</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日本脳炎ウイルスによって、けいれんや意識障害をおこす ・治療法がなく、約4分の1は死亡し、約2分の1は重い後遺症を残す 	<p>【日本脳炎ワクチン】定期接種</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 4回 ・多くは3歳からの接種だが、生後6か月から接種可
<p>インフルエンザ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インフルエンザウイルスによっておこり、初期症状として発熱、頭痛、関節痛などがある ・気管支炎や肺炎になりやすく、まれではあるが脳症などの重い合併症をおこす 	<p>【インフルエンザワクチン】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 每秋1～2回 ・インフルエンザの流行前に2回接種が終わるよう10～11月の接種がおすすめ ・医療機関では10月前半から接種を開始できるよう予約方法などをあらかじめ問い合わせておく ・自治体によっては接種費用の一部または全額の助成がある

◆思春期、青年期のVPD一覧

ワクチンで防げる病気	【ワクチン名】●接種回数
ヒトパピローマウイルス(HPV)感染症 (子宮頸がん、肛門がんなど) <ul style="list-style-type: none"> ・HPV感染は子宮頸がんや肛門がんなどのがんの原因になる ・HPV感染は尖圭コンシローマや子どもの再発性喉頭乳頭腫の原因になる ・実際には子宮頸がんは1年間に毎年約1万人以上が発症し、毎年約3000人が死亡している ・妊娠中に子宮頸がんがわかると、妊娠を継続できない場合がある ・ワクチンでは予防できない型のウイルスがあるので子宮がん検診を受診することが必要 ・子宮がん検診で早期に発見すると治療ができるが、手術により早産のリスクがある 	【HPVワクチン】定期接種 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 3回 ・「サーバリックス」(2価)と「ガーダシル」(4価)は定期接種、「シルガード9」(9価)は任意接種 ・小学校6年生から高校1年生の女子が3回接種 ・初めての性交渉を経験する前までに接種を推奨 ・筋肉注射のため筋肉痛が数日続くことがある ・「痛いのではないか」と緊張したり、その緊張が解けたりしたときに失神することがある ・2020年からHPVワクチンの個別案内が推奨されている ・4価ワクチンは、任意接種で男子も接種できる
B型肝炎(急性肝炎、慢性肝炎)、 肝臓がん、肝硬変 <ul style="list-style-type: none"> ・B型肝炎ウイルスに感染し急性肝炎をおこす ・一部は劇症肝炎で重症化する ・家族内や性交渉でB型肝炎ウイルスに感染し、一部がキャリア化する ・欧米型のB型肝炎ウイルスは、思春期以降の感染でも慢性化するリスクが高い ・コンタクトスポーツ*で感染事例がある *レスリング、柔道、フットボール、ハンドボール、ボクシング、バスケットボール、水球等 	【B型肝炎ワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 3回 ・初めての性交渉を経験する前までに接種を推奨 ・医療・福祉領域の実習前に接種 ・コンタクトスポーツの選手や関係者は、ワクチン接種がおすすめ ・家族やパートナーがB型肝炎キャリアの場合は直ちにワクチン接種 ・2016年10月から0歳児は定期接種
髄膜炎菌感染症 <ul style="list-style-type: none"> ・小児、高齢者、10代後半～20代前半がかかりやすい ・発症後は急激に悪化して、死亡や四肢切断などの後遺症を残すリスクが高い 	【髄膜炎菌ワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・寮などの集団生活では感染リスクが高まるので、ワクチン接種がおすすめ ・海外留学先の国や地域、学校によって接種が必要
インフルエンザ <ul style="list-style-type: none"> ・毎年、冬に流行し、学校では出席停止や学級閉鎖などの措置が取られる ・10代は高いところから飛び降りるなど異常行動がみられることがある 	【インフルエンザワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・毎年秋にワクチン接種 ・12歳以下は原則2回 ・自治体によっては接種費用の一部または全額の助成がある
百日せき <ul style="list-style-type: none"> ・百日せきへの免疫力が低下して、小学生以上の百日せきが増加 ・乳児がかかると命に関わるため、周りの者がうつさないことが重要 ・周囲に妊婦や低月齢の乳児がいる人は、三種混合ワクチンの接種がおすすめ 	【二種混合ワクチン(DT)】定期接種 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・ジフテリア、破傷風を予防 ・11歳になつたら忘れずに接種 ・百日せきの予防のためには任意接種で三種混合ワクチンを接種
破傷風 <ul style="list-style-type: none"> ・災害地などボランティアに参加する場合は、あらかじめ接種が必要 	

◆オトナのVPD一覧

ワクチンで防げる病気	【ワクチン名】●接種回数
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) <ul style="list-style-type: none"> ・2020年から世界的な感染拡大がおこった感染症 ・発症前や無症状の人からも感染する ・高齢者や基礎疾患がある人は重症化しやすい ・日本では42万人以上が感染し、7000人以上が死亡している(2021年2月現在) 	【新型コロナワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ・臨時接種(2022年2月末まで) ・2021年2月から接種開始、対象は16歳以上 ・副反応は軽症 ・アナフィラキシーの既往がある人は医師と相談
麻しん <ul style="list-style-type: none"> ・空気感染し感染力がたいへん強く、ワクチン未接種者が感染するとほぼ発症する ・大人は重症化して入院治療が必要。妊娠中の感染は、早産・流産のリスクとなる 	【MRワクチン】定期接種 <ul style="list-style-type: none"> ●生ワクチン 2回 ・ワクチン未接種でかかつたことのない人は、できるだけ早くワクチン接種 ・昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれの男性は、無料で風しんの抗体検査、予防接種を受けられる(2022年の3月まで第5期定期接種) ・自治体によっては、妊娠を希望する女性とそのパートナーは、接種費用の一部または全額の助成がある
風しん <ul style="list-style-type: none"> ・大人は軽症で済む場合もあるが、発疹や発熱がなくとも人にうつす可能性がある ・妊娠初期の感染は、先天性風しん症候群*(CRS)のリスクが高い 	【B型肝炎ワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 3回 ・家族やパートナーがB型肝炎キャリアの場合は直ちにワクチン接種
B型肝炎 (急性肝炎、慢性肝炎)、肝臓がん <ul style="list-style-type: none"> ・B型肝炎ウイルスに感染し急性肝炎をおこす ・一部は劇症肝炎で重症化する ・家族内や性交渉で感染し、一部がキャリア化する 	【インフルエンザワクチン】定期接種 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・妊婦のワクチン接種は赤ちゃんへの予防効果がある ・65歳以上および60～64歳で心臓などに持病がある人は、定期接種の対象 ・ワクチン接種で入院や肺炎などの合併症を予防
百日せき <ul style="list-style-type: none"> ・乳児がかからると命に関わるため、周りの者がうつさないことが重要 	【三種混合、二種混合または破傷風ワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 (未接種者3回) ・海外では妊娠中に成人用三種混合ワクチンの接種が推奨されている(成人用三種混合ワクチンは日本では未承認) ・周囲に妊婦や低月齢の乳児がいる人は、三種混合ワクチンの接種がおすすめ
破傷風 <ul style="list-style-type: none"> ・災害地などボランティアに参加する場合は、あらかじめ接種が必要 	【帯状疱疹ワクチン】 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン「シングリックス」2回 ●生ワクチン(水痘ワクチン)1回 ・50代以上は、ワクチン接種 ・不活化ワクチンは生ワクチンよりも予防効果が高い ・ワクチン未接種の0歳児と同居している人はワクチン接種がおすすめ
帯状疱疹 <ul style="list-style-type: none"> ・水痘(みずぼうそう)にかかったことがある人の免疫力が低下すると発症する ・水痘の感染源になる ・強い痛みを伴う帯状疱疹後神経痛が長期間にわたって残ることがある 	【肺炎球菌ワクチン】定期接種 <ul style="list-style-type: none"> ●不活化ワクチン 1回 ・65歳以上および60～64歳で心臓などに持病がある人は、23価ワクチンの定期接種の対象 ・13価「プレベナー」は任意接種、接種スケジュールはかかりつけ医と相談 ・インフルエンザワクチンとあわせて接種
肺炎球菌感染症 (肺炎) <ul style="list-style-type: none"> ・感染すると気管支炎、肺炎、敗血症などの重い合併症を起こす 	

予防接種Q&A

ワクチンの必要性について

Q 予防接種を受けずにVPDにかかるって、治療すれば平気では?

A VPDにいったんかかってしまうと、確実に治療する方法はありません。特に、免疫力が十分に発達していない子どもたちがVPDにかかると深刻な後遺症が残ったり、命を落としたりする恐れもあります。ワクチンを接種していれば、VPDにかかるないか、かかりにくくなります。適切な回数の接種を受けていれば、もしかかっても、ワクチンを接種しないときより症状は軽く、命にかかるような重症になる心配はほとんどなくなります。

Q ワクチン接種より、自然感染のほうがしっかり免疫がつくのでは?

A ワクチンは、自然感染と同じように私たちの体内の免疫システムをうまく利用して免疫を作り出します。自然感染のように実際にその病気を発症させるわけではなく、コントロールされた安全な状態で免疫を作り出します。たしかに自然感染よりは獲得できる免疫は弱いために、複数回の接種が必要なワクチンもあります。でも、自然感染で免疫をつくることは、子どもにつらい思いをさせるということです。それだけでなく、感染による死亡や後遺症のリスクを伴うことを忘れないでください。

Q 日本で全く流行っていないVPDのワクチン接種に意味がある?

A 現在、流行していないVPDは自然感染する可能性が非常に低いので、ワクチンを接種しなければ、免疫を獲得することはできません。全世界的にワクチンで根絶させた天然痘ウイルスであればワクチンは不要ですが、ポリオを含めて根絶されていない細菌やウイルスに対しては、たとえ流行していないとしても、ワクチンの接種をやめることはできません。ワクチン接種をやめて病気が再び流行したという事例は国内外で報告されています。

Q 任意接種のワクチンが予防するのは、軽い病気?

A 任意接種のVPDも、子どもの命にかかる病気であることに変わりはありません。地域で流行しやすいおたふくかぜは、日本でも死亡や重い後遺症や多くの合併症の例がある重大なVPDです。世界の多くの国では、おたふくかぜワクチンは定期接種です。日本でも定期接種化が検討されています。ただし、具体的な時期は決まっていませんので、定期接種になるのを待つのではなく、できるだけ早く受けるようにしてください。

Q 有料の任意接種のワクチンでも、受けなくてはいけないの?

A 残念ながらほとんどの地域では、任意接種の費用は自己負担です。金額はワクチンの種類によって異なります。家計にはちょっと重荷ですね。でも、ワクチンを接種しないでVPDにかかるて重症になってしまったら、どうでしょう。通院や入院などによる経済的・肉体的負担、さらに精神的負担は小さくありません。何よりも、子ども自身が一番つらい思いをします。もし、後遺症が残ったり、命を落としたりしてしまったら…。元通りの姿を取り戻すことができないかもしれませんのです。お金がかかるのは事実ですが、ワクチン接種でお子さんをVPDから守ってください。

ワクチンの安全性について

Q ワクチンの副反応とはなんですか？

A ワクチン接種後におこるあらゆる良くない事象を「有害事象」といい、そのうちワクチン接種が原因でおこる事象を「副反応」といいます。接種部位が赤く腫れたり、硬くなったりするのは副反応です。発熱の場合、ワクチン接種後にたまたまかぜをひいて発熱したのか、ワクチン接種による副反応なのかを判断するには、科学的な検討が必要です。ワクチン接種後におこったことをすべてが副反応ではありません。誤った判断は、必要なワクチンの接種率低下につながりますので、注意が必要です。

Q ワクチンには副反応があるから、接種しないほうが安全では？

A ワクチン接種後の副反応はゼロではありませんから、保護者の方が不安に感じても無理はありません。でも、重い疾患やアレルギーなどがない健康な子どもに重大な副反応が出ることは大変です。実際には接種した場所が赤く腫れたり、少し熱が出たりする程度の軽い副反応がほとんどです。世界中でワクチン接種が推進されているのは、VPDが子どもたちの命を脅かす重大な病気であり、ワクチンが予防法として安全性と確実性がきわめて高いからです。重い免疫の病気などのないお子さんは安心して受けてください。

Q 同時接種は、何種類までなら大丈夫？

A 日本では、同時接種があまり一般的ではなかったために左右の腕に1本ずつ2本までの医療機関があります。でも、本当は同時接種の本数に制限はありません。米国では、生後2か月になると未熟児でも6種類のワクチンを同じ日に受けます。生後4か月も5種類です。米国の1歳未満の接種回数は合計18回以上になります。同時接種なら複数のVPDに対する免疫を早く確実につけられます。同じ時期に予防が必要なワクチンは、同時接種で受けることをかかりつけ医と相談してください。

ワクチンの受け方について

Q 予防接種の準備は、いつごろ、何から始めればいいの？

A 0歳児のワクチンには生後2か月になる前に接種できるものもありますが、全体のスケジュールや病気にかかるリスクを考えると、初めてのワクチンは生後2か月からできるだけ早く始めましょう。できれば子どもが誕生したらすぐに、遅くとも1か月健診を終えたら小児科を探しておきましょう。かかりつけ小児科がきまつたら、相談しながら予防接種のスケジュールを立てていきましょう。そうすれば、2か月からスムーズに始められます。

Q 海外渡航の予定があります。予防接種はどうすればいいの？

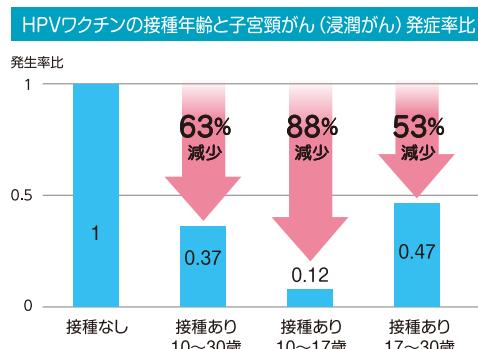
A どこに行く場合でも、その年齢に必要な定期接種と任意接種のワクチンを必ず受けておいてください。同時に、渡航先の国で必要とされる予防接種も受けましょう。渡航国、季節、滞在場所（市街地か農村など）、滞在期間などによって必要なワクチンの種類が異なります。その地域の医療体制や病気の流行状況だけでなく、治安状況などの情報を得ることも必要です。また、英文診断書や予防接種記録が求められることもあります。かかりつけの小児科医に相談して、必要ならば海外渡航に必要な予防接種を行っている医療機関（トラベルクリニック）などを紹介してもらいましょう。

HPVワクチンについて

Q HPVワクチンは、本当に子宮頸がんを減らしますか？

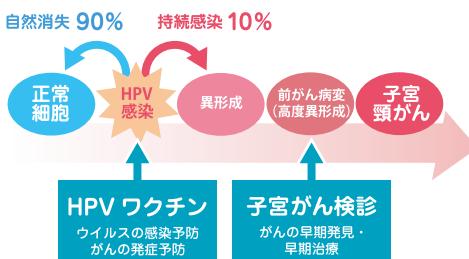
A HPVワクチンを接種していない女性に比べて、接種した女性では、子宮頸がんになるリスクが低下した報告があります。

スウェーデンの10～30歳の女児・女性集団1,672,983人を対象にした子宮頸がん（浸潤がん）発症の追跡調査によると、未接種者の子宮頸がんの発症率を1とした場合、ワクチンを接種した女性の発症率が減少しました。10～17歳で接種した場合は約8分の1に、17歳～30歳で接種した場合は半分以下に子宮頸がんの発症リスクが減少しました。



Q なぜ、子宮頸がん検診だけではいけないのですか？

A 子宮がん検診は、がんの早期発見・早期治療が目的です。検診ではがんの発症を防ぐことはできません。がんの発症を防ぐには、HPVワクチンを接種します。子宮頸がんのなかには、ワクチンで防げないウイルスによる子宮頸がんもありますので、ワクチンだけでは不十分で、検診が必要です。WHOはワクチン接種と子宮がん検診で、子宮頸がんの排除をめざしています。



Q ワクチン接種後の副反応は心配いりませんか？

A 名古屋スタディという名古屋在住の1994年4月2日～2001年4月1日生まれの女性を対象としたアンケート調査によると右の24症状の発生とワクチン接種の有無に因果関係はありませんでした。つまり、これらはHPVワクチンの副反応ではなく、ワクチンの接種の有無とは関係なくおこる症状だと報告されました。子宮頸がんを予防するために、ワクチンを接種しましょう。



キャッチアップスケジュール

小児期のワクチンを標準的なスケジュールで接種していない場合は、
下表の接種スケジュールを参考にかかりつけ医にご相談ください。

ワクチン	標準的な接種回数 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	未接種の場合の推奨接種スケジュール
三種混合ワクチン	4回 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4週あけて2回、6か月後に3回目
二種混合ワクチン	1回 <input type="checkbox"/>	DTまたはDPTを1回
ポリオワクチン 2012年まで生ポリオ(OPV)ワクチン	OPV(生)2回 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> IPV(不活化)4回 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	(IPV)4週あけて2回、 6か月後に3回目
MRワクチンまたは 麻しん・風しんワクチン	2回 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4週あけて2回
日本脳炎ワクチン	4回 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4週あけて2回、6か月後に3回目
HPVワクチン ※2価と4価の2種類	3回 (2013年から定期接種) <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	(2価)1か月あけて2回、 1回目から6か月あけて3回目 (4価)2か月あけて2回、 1回目から6か月あけて3回目 (男子の接種可)
B型肝炎ワクチン	3回(2016年から定期接種) <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4週あけて2回、5, 6か月後に3回目
水痘ワクチン	2回(2014年から定期接種) <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4週あけて2回
おたふくかぜワクチン	2回 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4週あけて2回
インフルエンザワクチン	1回 <input type="checkbox"/>	毎年12月までに1回
髄膜炎菌ワクチン	1回 <input type="checkbox"/>	1回

KNOW★VPD! ウェブサイトのご案内

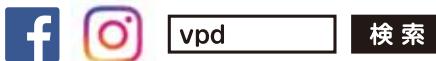
病気の予防にワクチンは最も安全で有効な方法です。受けられる時期がきたら、できるだけ早く接種するようにしましょう。

「どのワクチンを受けるべき!?」
「どの順番で受ければいい?」「アレルギーが心配」など、疑問や心配ごとがあつたら、ウェブサイトをご覧ください。



KNOW★VPD! ウェブサイトのスクリーンショット。画面には、「子どものワクチンとVPD」と「お子様の予防接種スケジュール」などのメニューが表示されています。また、「ワクチンデビューは生後2ヶ月の誕生日」という特集記事や、「Q&A ワクチン知識」、「子宮頸がんとHPVワクチン」、「はじめての予防接種」などの情報欄があります。

詳しい情報は <https://www.know-vpd.jp/>



「予防接種スケジューラー」アプリ(無料)

Android・iPhone 対応



ワクチンの種類が多く、スケジュール管理が大変なお子さまのワクチン接種をサポートします。



- Android : GooglePlay(カテゴリ: 医療)からダウンロード
- iPhone : App Store(カテゴリ: メディカル)からダウンロード
- 「予防接種スケジューラー」で検索もできます。

事務局

NPO法人 VPDを知って、子どもを守ろうの会

〒104-0045 東京都中央区築地2-12-10築地MFビル26号館 問い合わせ先 info@know-vpd.jp