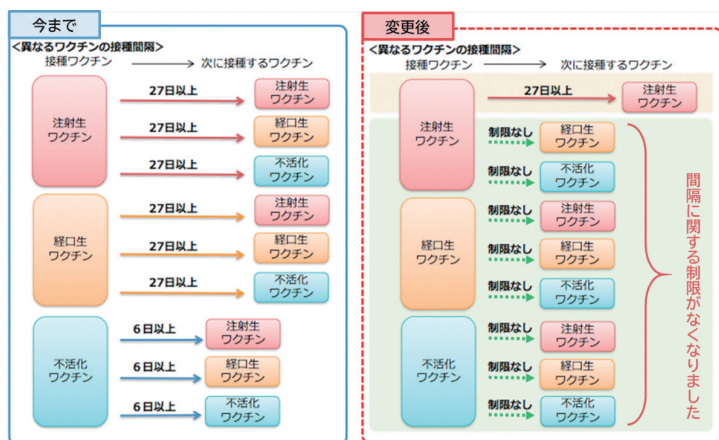


おくすり Q&A

予防接種の接種間隔について

- Q. 異なる種類のワクチンを接種する場合の接種間隔のルールについて教えてください。
- A. 令和2年10月から、異なる種類のワクチンの接種間隔に関する制限が変更されました。注射生ワクチンと経口生ワクチンとの接種間隔は今まで通り27日以上空けなければ接種を受けることはできませんが、それ以外のワクチンの組み合わせでは、先に接種したワクチンと次に接種するワクチンの接種間隔に制限がなくなりました。また、医師が必要と認めた場合は、これまで通り2種類以上のワクチンの同時接種も可能です。



(厚生労働省 HP 第37回厚生科学審議会予防接種・ワクチン分科会 予防接種基本方針部会資料より作成)

注射生ワクチン	経口生ワクチン	不活化ワクチン
●麻しん風しん ●水痘 ●BCG(結核) ●おたふくかぜ 等	●ロタウイルス	●ヒブ ●肺炎球菌(小児・成人) ●B型肝炎 ●4種混合 ●日本脳炎 ●季節性インフルエンザ 等

- Q. 新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種することはできますか。
- A. 新型コロナワクチンは、開発されて間もないということもあり例外的な取り扱いになります。原則として、新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種できません。新型コロナワクチンと他のワクチンは、互いに片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。ただし、創傷時の破傷風トキソイド等、緊急性を要するものに関しては、例外として2週間を空けずに接種することが可能です。

執筆薬剤師 高木 知紀

わたしの健康とくすり

第310号



撮影/加藤 哲教

今月の内容

- ・疾患シリーズ 肝炎について：肝炎の病態 《連載・第2回目》
- ・ちょっとお耳を…… マイボーム腺のホームケア
- ・おくすり Q & A 予防接種の接種間隔について

2021年11月発行

発行者 八王子薬剤センター 茂木 徹
東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

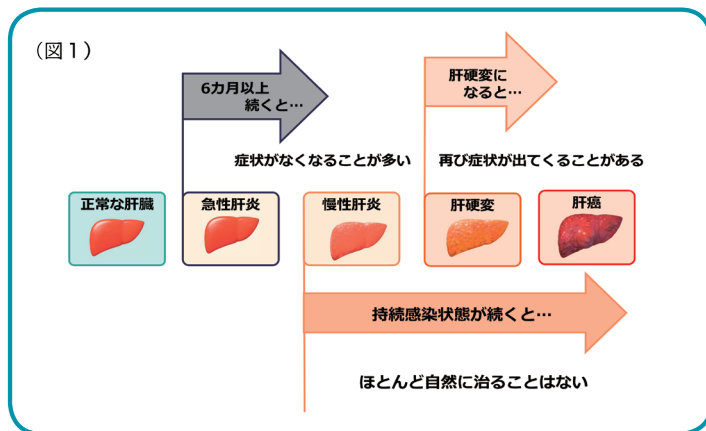
肝炎について：肝炎の病態

第2回目は、肝炎の病態（急性肝炎と慢性肝炎）について解説します。

肝炎には、一般に急性肝炎と慢性肝炎があります。急性肝炎は、急激な炎症によって起こる一過性の感染で、全身倦怠感、黄疸、発熱などの症状に加え、血液検査において肝逸脱酵素（ASTやALT）の上昇を認める病態です。ウイルス肝炎の多くは、自分の免疫によって、ウイルスが排除され自然治癒します。一方でウイルスが排除されず、炎症が6カ月以上持続していく場合には、慢性肝炎に移行します。**慢性化すると症状も無くなることも多く、持続した感染に気がつかないことも多くなります。**A型、E型肝炎やサイトメガロウイルスなどのその他のウイルスは、急性肝炎で終わることが多いですが、一方でC型肝炎は慢性化することが多いです。C型の急性肝炎の約30%の方は自分の免疫によって、ウイルスが排除され自然治癒しますが、約70%の方は、炎症が6カ月以上持続し、慢性肝炎の状態となります。

また、B型肝炎、自己免疫による肝炎やアルコール（お酒）、脂肪肝による肝炎（非アルコール性脂肪肝炎：NASH）も慢性化していくことが多いです。この**慢性肝炎を放置し、持続感染状態が続くようになると、自然に治ることは、ほとんどありません。**全ての肝炎が持続した炎症により、肝臓に線維化が生じ、肝硬変や肝がんの発生母地となりますが、肝硬変や肝がんになると再び症状がみられるようになります（図1）。

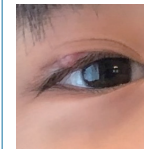
次回は、肝炎の診断について解説します。



ちょっとお耳を……

マイボーム腺のホームケア

ドライアイやものもらい（麦粒腫）などの眼のトラブルに悩まされてはいませんか？これらはまぶたの裏側にあるマイボーム腺という、涙に脂を分泌する器官の分泌低下や細菌感染、分泌腺の詰まりが原因で起こることがあります。マイボーム腺には**涙の蒸発**を防いだり、**瞬きによる摩擦**を減らしたりする働きなどがあります。



マイボーム腺に関連する疾患例：霰粒腫（ざんりゅうしゅ）

詰まった分泌物がしこりを形成したものです。しこりが解消するまで数カ月かかるケースやしこりが残るケース、自然吸収されず切開手術を行うケースもあります。アイメイクやまつ毛エクステが悪影響を及ぼすこともあります。

また最近の研究報告では、ドライアイの原因の80%以上がマイボーム腺の分泌低下によるものとされています。簡単なマイボーム腺のホームケアでドライアイの症状の緩和や麦粒腫、霰粒腫を予防することができます。**目の周りを温めることと清潔に保つ**ことが重要です。ぜひ毎日の生活習慣に取り入れてみてください。

1. 温罨法（おんあんぼう）

まぶたを温めることによってマイボーム腺の脂をとかし、目の周りの血流を改善します。まぶたとマイボーム腺周囲の温度を40℃前後に温めて、一定時間（4～5分）保つことが重要です。蒸しタオルではすぐに冷たくなってしまうため、市販の**ホットアイマスク**がおすすめです。



2. 眼瞼清拭（がんけんせいしき）

まつ毛の根元周辺をやさしくマッサージするように洗浄することで、マイボーム腺の脂の排出促進と詰まりの解消、マイボーム腺周囲の細菌量を減少させる効果があります。メイクなどを落としてから、よく泡立てた洗浄剤で指のはらを使って、

- ①丸く円を描くようにまつ毛の根元を優しく洗浄し、マッサージする。
- ②まつ毛の間を左右に動かして洗浄する。



洗浄剤は低刺激性のベビーシャンプーを用いることもできますが、**目元専用の洗浄剤**が最もおすすめです。温罨法の後に**眼瞼清拭**を行うとより効果的です。

ホームケアを行っても症状が改善されない場合や霰粒腫を繰り返す場合などは、眼科医に相談してください。