



# ●Kero Kero 通信●

第 308 号

崎山小児科・院内報

11 月 2024 年



## 妊婦さんに RS ウイルスワクチンをお勧めします

RS ウイルス感染症は生後 2 歳までに誰もが一度は罹る病気で、咳、鼻水、熱などの風邪症状がみられます。乳児ではヒューヒューゼーゼーして呼吸困難を起こす細気管支炎という病気になりやすく、夜に救急受診が必要になることや入院に至ることもある疾患です。水ぼうそうなどのように一度罹ったら二度と掛からないという病気ではなく、何回でもかかることが知られています。以前は秋から冬にかけて患者数が増えていましたが、最近では季節性が定まらず、春や夏にも流行します。また、合併症として無呼吸、急性脳症などがあり、毎年約 12 万～14 万人の 2 歳未満の乳幼児が RS ウイルス感染症と診断され、約 4 分の 1 (約 3 万人) が入院を必要とすると推定されていますが、有効な治療薬はありません。RS ウイルス感染による乳児の入院は、生後 1～2 か月時点でピークとなるため、生後早期から予防策が必要とされていますが、まだ国内では乳児に使えるワクチンがありません。実は高齢者等でも気管支炎や肺炎等の重症感染症を引き起こすことがあります。孫と祖父母の間で感染させることもあり得ます。

このような状況の中、今年の 2 月から「60 歳以上の者」と「妊婦」を対象として RS ウイルスワクチンが発売されました。妊婦への接種では母体の RS ウイルスに対する抗体価を高め、胎盤を通じて母体から胎児へ免疫が移行することで、乳児における RS ウイルス感染症を予防します。妊娠 24～36 週の妊婦に 1 回 0.5mL を筋肉内に接種するとなっていますが、妊娠 28～36 週に接種した場合に有効性がより高い傾向があります。母親に十分な免疫がつくまで 2 週間程度はかかるので、接種後 14 日以内に出産に至ると子どもに十分な免疫がつかない可能性があります。ワクチンの有効性は、重度の RS ウイルス感染症の予防効果として、生後 90 日で 81.8%、生後 180 日で 69.4%でした。副反応としては、38℃以上の発熱が 3%程度、あとは接種部位疼痛など、印象としてはインフルエンザワクチンと同程度です。60 歳以上に対する接種も 1 回 0.5mL の筋肉注射で、66.7%の有効率でした。

乳児を RS ウイルス感染症から守るために、妊婦の方と 60 歳以上の方に RS ウイルスワクチンの接種をお勧めします。

## 乾燥



10 月になると、相対湿度 (空気中には気温ごとに水蒸気を含むことができる量の限界<飽和水蒸気量>が決まっており、その限界までのうち何%含んでいるかを示しています。一般的に天気予報で聞かれる湿度は、相対湿度と呼ばれる数字です。) が一気に 10%以上も下がる変化の時期を迎えます。一年のうちに、最も空気が乾燥するのは 1 2 月～2 月で相対湿度は 50%前後まで下がります。冬の相対湿度が 50%なら一見理想的な湿度に見えますが、これは外気の湿度です。冬になると外気の湿度と室内の湿度に違いがでてきます。原因は、空気が含むことができる水蒸気量が温度によって変動するという空気の性質にあります。空気は、温度が高いと多くの水蒸気を含むことができますが、温度が低くなるとその水蒸気量も少なくなります。さらに冬場、暖房をつけることによって部屋の温度は上がり水蒸気量は増えますが室内の水分量は増えないため温度が下がってしまいます。これにより部屋の乾燥を起こしてしまうのです。

乾燥すると肌や粘膜のバリア機能が低下するため、外部からの菌やウイルスの攻撃に弱くなる恐れがあります。乾燥すると皮膚が痒くなったり、喉が痛くなったりするのはそのためです。また温度が低く乾燥すると、空気中でウイルスが水分を含みにくいため、ウイルスが浮遊している時間が長くなります。そうすると空気中のウイルス量が増え体の中に入ってきやすくなってしまいます。一般的に冬に推奨される室内温度と湿度の目安は温度が 18℃以上、湿度は 40%とされています。湿度は 40%以下だとウイルスが活発化し、60%以上になるとカビやダニが繁殖しやすくなるとされています。

気温が同じでも湿度が高いと暖かく感じるため、加湿しながら暖房を使用すると加湿をしないで暖房を使用したときよりも低い設定温度でも暖かく感じられます。冬場、換気をするときも加湿器をつけたままだと湿度を保つことができます。空気清浄機付きの加湿器であればエアコンの向かい側の壁を背に向けて置くと効果的だそうです。また洗濯物を室内で干すなども効果があるとされています。

これから乾燥の季節になっていきますが快適に過ごせるといいですね。



インフルエンザ・HPV ワクチン臨時接種日: 11/17(日)・12/8(日) \*経鼻インフルエンザワクチンご予約受付中