



## ワクチンの安全性と副反応

コロナウイルスワクチン接種2回終わられた方、まだお済みでない方もおられると思いますが、副反応については以下のことが報告されています。（一部抜粋）

### Q.これまでに認められている副反応にはどのようなものがありますか？

A.注射した部分の痛み、疲労、頭痛、筋肉や関節の痛み等がみられることがあります。まれな頻度でアナフィラキシー（急性のアレルギー反応）が発生します。

### Q.副反応は1回目の接種後より2回目の接種後の方が強いと言われるのはどうしてですか？

A.1回目のワクチン接種でいくらか免疫がつくことで、2回目の接種の方が、免疫反応が起こりやすくなるため、発熱や倦怠感、関節痛などの症状が出やすくなります。

### Q.ワクチンを受けた後に熱が出たら、どうすれば良いですか？

A.ワクチンによる発熱は接種後1~2日以内に起こることが多く、必要な場合は解熱鎮痛剤を服用するなどして、様子を見ていただくことになります。

### Q.ワクチンを受けた後の発熱や痛みに対し、市販の解熱鎮痛薬を飲んでもよいですか？

A.ワクチンを受けた後の発熱や痛みに対し、市販の解熱鎮痛薬で対応いただくことも考えられますが、特に下記のような場合は、主治医や薬剤師にご相談ください。

### Q.アナフィラキシーではどのような症状が出ますか。治療法はありますか？

A.皮膚症状、消化器症状、呼吸器症状が急に起こり、血圧低下や意識レベルの低下を伴う場合もあります。薬の注射などで治療します。

### Q.ワクチン接種で新型コロナウイルスに感染することはありますか？

A.ワクチンを接種したことが原因で新型コロナウイルスに感染することはありません。

### Q.ワクチン接種後に血栓症が起きると聞いたのですが大丈夫でしょうか？

A.海外で接種が行われているアストラゼネカ社のワクチンでは、稀に珍しいタイプの血栓症が起きるといった報告がありますが、適切な診断・治療方法も報告されています。なお、ファイザー社や武田/モデルナ社のmRNA（メッセンジャーRNA）ワクチンでは、現時点では、同様の血栓症と関連性があると評価された事例は確認されていません。

（厚生労働省ホームページより）

（理学療法士・熊澤）



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております



## 看護師 Quiz みちくさ



都道府県には「○○と言えば、□□県」というように名産品が存在しています。皆さんはそれぞれの県の名産品を知っていますか？新型コロナウイルスが終息した際には、現地に食べに行けると良いですね。正解を考えて脳を活性化しましょう。

### 第一問

岐阜県の名産品と言えば何でしょう？

- 1、干し芋
- 2、栗きんとん
- 3、チーズケーキ



### 第二問

愛知県の名産品と言えば何でしょう？

- 1、小倉トースト
- 2、坊ちゃん団子
- 3、桜島大根

### 第三問

静岡県の名産品と言えば何でしょう？

- 1、明宝ハム
- 2、うなぎパイ
- 3、モミジ饅頭

（中村・看護師）



## 中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- **こころを大切に**（ご本人とご家族のこころを大切にします）
- **連携を大切に**（地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます）
- **スピードを大切に**（出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します）



## 中部メディカル 訪問看護ステーション

〒463-0048  
名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31  
カーサ・ルーチェ B-3  
TEL 052-792-9802  
FAX 052-792-9803  
NO.2361390186





## 中部メディカルのスタッフ便り



### 我が家の水槽

我が家の水槽の生き物を紹介します！ヌマエビ・オイカワ・ハヤです。この水槽の魚たちは自宅近くの矢田川で子どもたちと捕まえてきました。生き物が隠れていそうな場所をわっさわっさとタモで追い込むようにして捕まえるのですが、どんな生き物がいるのだろうかとお宝探し気分です。

私も子どもからタモを取り上げ、夢中になって探してしまいました。何時間もかけて綺麗な自然を求めて出かけるのも楽しいですが、近所の川の生き物を知る事も大切な事ですよね。普段生活している場所の自然を知る良い機会だと思って、今年は存分に近所の自然探索を楽しみたいと思います。



(山中・看護師)



### スタッフのほっと一息



守山区にあるパティスリーマルカッサンというケーキ屋さんで販売している CACAOCAT というチョコレートをご紹介します。いろいろな味が楽しめるフレーバーチョコです。ねこが爪を立てたようなデザインで、かわいい包みもどれにしようか迷います。ミルク、キャラメル、チョコバナナ、ストロベリー、ホワイト等々。

口に入れるとなめらかな口当たりと中のチョコレートが溶け出します。冷蔵庫に入れると固まってしまうので、暑い時期ですが常温で食べるのを勧めます。1個 110 円で、夏ごろまでの期間限定だそうです。手土産にしたら会社の皆さんが喜んでくださいました。皆様のおすすめ情報も是非お待ちしております。



(伊藤・看護師)



### \*フットケアのすすめ！\*



皆さん、「フットケア」という言葉を聞かれたことはありますか？「フット：足」は長く元気に過ごすために非常に大切です。足浴、爪切り、保湿剤の塗布、下肢マッサージ、受診の相談、日常生活のアドバイス等、適宜対応させていただきます。

#### ❖足元の状態が悪いと歩行の支障に

「歩く」ということは、生活する上で重要な動作です。足元は全体の土台として、体のバランスをとる重要な役割を果たし、歩行時に全体重を引き受けています。足元の状態が悪ければ歩くのがおっくうになり、だんだんと歩かなくなってしまう。

#### ❖フットケアは転倒予防にも一役かいます

転倒予防は、寝たきりや認知症の予防に繋がります。年齢を重ねると体が硬くなり、自分でフットケアをする事が難しいためフットケアを習慣づけることが大切です。とはいえ、どうしたものか・・・そんなときは看護師にご相談下さい♪

#### 自分で出来る足のチェックポイント

- 巻き爪、爪の変形はない
- 水虫、爪水虫はない
- 靴擦れはない
- ひっかき傷、水ぶくれはない
- 皮膚がカサカサしていない
- 皮膚の色が白かったり、紫でない
- 冷たい、左右差が無い
- むくんでいたり、はれていない
- 痛み、痺れ、感覚のない部分はない

(三宅・管理者看護師)



### 私の 18 のビリーフ 10 返事



声をかけられた際に、気持ちよく返事をする事ができていますか。その時の姿が、その人の印象です。忙しいとき、何かに集中しているとき、愛想のない返事をしているのではないかと、不安になるときがあります。

呼ばれたら手をとめて振り返り、笑顔で「はい」と答えると、その場の雰囲気もよくなると思います。  
「頼まれ事は試され事」今日も一日明るく過ごしましょう。

(熊澤真・専務)

