

## Patient Education

---

### COVID-19ワクチン接種後

本情報の正しい理解と利用のため、下記の「消費者情報の使用方法と免責事項」をよく読む必要があります。

### このトピックについて

2019年新型コロナウイルス (COVID-19) は、人から人へと簡単に感染するウイルスです。2020年には、COVID-19の予防に役立つワクチンが何種類か開発されました。ワクチンの最終接種後、完全に効果が出るまでに2週間かかります。その時までには、いつも通りの安全対策を厳守することが重要です。

2回投与ワクチンの2回目の接種から2週間以上経過した場合、または単回ワクチン接種から2週間以上経過した場合は、ワクチン接種完了とみなされます。その際、従うべきガイドラインが一部変更されます。公共の場では、安全対策を講じることが依然として重要です。マスクを着用してください。人ごみを避け、頻繁に手を洗ってください。

予防接種が完了した時点で、医師は次の行動が安全になったと考えます：

- 予防接種が完了した他の人と一緒にマスクをせず屋内で集まる。
- 予防接種を受けていない同世帯の人々と屋内で集まる。その世帯にCOVID-19による深刻な病気のリスクが高い方がいる場合、全員がマスクを着用する必要があります。
- マスクを着用せずに屋外に集まる。一方で、混雑した場所や、すべての人にマスクが必要な場所では、マスクを着用する必要があります。
- 旅行の場合、旅行の前に検査する必要はありません。海外旅行の後には、検査する必要があるといえます。また、旅行後に外出を自粛する必要はありません。あなたの目的地によっては、まだ検査が要求されることがあります。飛行機、バス、電車またはその他の交通機関では、マスクの着用が必要になる場合があります。

COVID-19患者の近くにいた場合でも、症状がない限り検査を受けたり他の人から隔離する必要はありません。

### 一般

COVID-19ワクチンを接種後、多くの人々が生活を正常に戻すことを望んでいます。残念ながらそれは無理です。

**すべてのワクチンを接種したのに、まだ注意が必要なのはなぜですか。**

ウイルスに対する免疫を体内で構築するには時間がかかります。これは、1回目または2回目の接種直後はまだ完全に保護されていないということです。ほとんどの場合、2回目の接種から1～2週間経過しないと完全な保護は実現しません。

ウイルスの新しい株は常に発見されています。接種したワクチンが新しい菌株に対しては効果がない可能性もあります。また、医師はCOVID-19ワクチンの効果がどれくらいの期間持続するかわかりません。症状がなく、ワクチンを接種していても、他の人に病気を感染させることができる人もいます。

ワクチンは、国内の大部分の人が接種した状況で最も効果的となります。そうすれば、病気が全国に広がるリスクが下がります。ワクチンを接種し、マスクを着用して人ごみを避け、6フィートの距離を取るにより、すべての人の安全を確保できるようになります。

### **家族や友達と一緒に過ごしてもかまいませんか。**

場合によります。医師は、屋外に集まるのが最も安全だと判断しています。一方で、予防接種が完了した他の人と一緒にマスクをせず屋内で集まることができます。予防接種を受けていなくても、同世帯の人とは集まることができます。

他の人と会うリスクのレベルは、次の要素によって異なります。

- 屋内か屋外か。
- その人がワクチン接種を終えているかどうか。
- その人がワクチンを接種してからどのくらい経過しているか。
- 他の人がワクチンを接種していないが、会う前に隔離期間を経ているかどうか。
- マスクの着用、ソーシャルディスタンスなど。

COVID-19ワクチンを接種しても、公の場で自分自身や他の人を感染から守ることは依然として重要です。屋内では口と鼻を覆うフェイスマスクを着用し、他の人から少なくとも6フィート（1.8メートル）離れるようにしてください。

### **COVID-19患者と接した場合、隔離は必要ですか。**

次の場合は隔離の必要はありません：

- 予防接種が完了している。かつ
- 接触後、COVID-19の症状がない。

必要なワクチン接種がすべて完了していない場合、自宅で14日間隔離する必要があります。またCOVID-19の症状がある場合も、自宅隔離となります。

COVID-19患者と接触した場合、ワクチン接種が完了していても、14日間は症状に注意してください。症状がある場合は、医師に相談してください。医師からテストを求められる場合があります。

## 食事、コンサート、スポーツイベントに出かけることはできますか。

屋外での集まりや食事が最も安全です。屋内レストランやその他の場所は、COVID-19が人から人へ感染しやすい場所です。一部の屋外ダイニングテントは空気の循環を妨げるため、屋内ダイニングと同等にリスクが高い場合があります。飲食中はマスクを着用できません。換気フィルターが不十分な場所も多数あります。これらの場所では人が多いため大声で話しがちです。こういった各要素により、感染リスクが高まります。空気の循環が自由な屋外のイベントやソーシャルディスタンスを取ることで比較的安全だといえます。混雑したイベントの場合は、屋外であってもマスクを着用することが依然として重要です。

## 旅行はどうですか？

予防接種が完了した時点で、医師はあなたが旅行することが安全だと判断しています。ほとんどの場合、旅行の前後に自宅待機したり、COVID-19検査を受ける必要はありません。旅行する前に検査をすることを求める行先も依然としてあります。COVID-19ウイルスの新しい株が世界中で見ついていることに留意することは重要です。つまり、旅行とテストに関して制限がより厳しい地域があるということです。旅行が必要な場合は、人ごみを避けるために最善を尽くし、常にマスクを着用し、頻繁に手を洗ってください。

## 現時点では何ができますか。

自身と他の人を感染から保護し続けます。

- 屋内で他の人の近くに行く場合は、鼻と口を覆う布製のマスクを着用してください。
- ソーシャルディスタンスを実践し、公共の場では他の人から少なくとも6フィート（1.8メートル）離れてください。混雑した環境ではマスクを着用してください。
- ワクチンを接種していない家族以外の人とは会わないようにします。
- 頻繁に、毎回20秒以上、石鹸と水で手を洗います。特に咳やくしゃみの後は徹底してください。石鹸と水がない場合、アルコール成分が60%以上の手の除菌剤を使用します。除菌剤を少なくとも20秒間手に擦り込みます。
- 顔、特に口、鼻、目に触れないでください。
- 頻繁に触れるものや表面は消毒剤で拭きます。

## 費者情報の使用および免責事項:

この情報は特定の医学的アドバイスではなく、医療従事者から得られる情報の代替となるものではありません。これは一般的な情報の概要にすぎません。病状、病気、怪我、検査、手術、治療、療法、退院指導、ライフスタイルの選択肢に関する情報をすべて含んでいるわけではありません。ご自身の健康状態と治療手段の選択に関する詳細については、担当の医療従事者にご相談ください。この情報から、医療従事者のアドバイス、指示、推奨を受け入れるかどうかを決定しないでください。適切な治療を助言する知識を持ち、そのための訓練を受けているのは、担当の医療従事者のみです。

Last Updated 7/14/21



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.