

TRANSITION TO HEALTH (006)

## 風邪・インフルエンザ予防 ②

～ インフルエンザワクチンは果たして有効か ～

前号では、インフルエンザ対策の要は**免疫機能を最大限に発揮**することにあるとお話しました。それには**十分な睡眠**と**十分な栄養**が大切であり、十分な栄養とは**果物・野菜**（特に**アブラナ科**などの冬野菜）・**穀物**（全粒、未精製、未加工）を中心とした食事であり、**オメガ3脂肪酸**を豊富に含む食材の摂取もよい。朝陽を浴びる、日光浴をするなどの**太陽光の大切さ**と、それによる**幸せホルモン**（セロトニンなど）の分泌と抗ウイルス作用を持つ**活性型ビタミンD**の産生についてお話しました。また、「**大いに笑う**」ことと「**胸腺叩打**（Thymus Thumping）」で**NK活性**（ナチュラル・キラー細胞の活性）を高め**免疫力を上げる**ことができることをお伝えしました。

### インフルエンザワクチンは効かない！？

ウイルス学者、疫学者からみればインフルエンザワクチンは、予防接種の中で最も効かないワクチンの一つようです。インフルエンザウイルスは鼻や喉の**粘膜**に付着して細胞内で**増殖**します。一方、**ワクチン**接種でできる抗体は血管内の**血液中**で働く**IgG抗体**であり、**粘膜**で働く**IgA抗体**ではないため、インフルエンザワクチンには「**感染防止効果は全くない**」というのが学者の**常識**のようです。風疹や麻疹のワクチンの作り方と違い、インフルエンザワクチンは過去に流行したウイルスの膜の表面の一部（H蛋白）から作られており、その部分に対する抗体は一時的に約80%の人にできていますが、不十分であり効果は期待できません。インフルエンザウイルスは常に変異する点からも効果は期待できず、また、インフルエンザワクチンには保存剤などの添加物として**水銀**や**ホルマリン**などの**有害物質**が入っており、接種後の**副反応**、**副作用**（自己免疫疾患？）の原因ともなっています。

1981年に開催された、ウイルス学者、感染症の専門家や研究者による『**インフルエンザワクチンに関するラウンド・テーブル・ディスカッション**』の結論は、① **ワクチンは無効** ② **流行予測は不可能** でした。

重症化阻止についても、大規模な疫学データはなく、小規模で期間も短い統計調査のみで、調査方法の異なるバラバラの都合の良いデータのみを集めたものが多いようです。昨年の厚生科学研究班による『インフルエンザワクチンの効果に関する研究』によると、「65歳以上の健常な高齢者については約45%の発病を阻止し、約80%の死亡を阻止する効果があった」と報告されていますが、では基礎疾患を有する者は？乳幼児は？と問いたくなりますが、これも小規模な調査にすぎません。インフルエンザウイルスは、人から人へと感染する間に**猛烈なスピード**で**小変異を繰り返**し、同じ型でも流行期の初めと終わりでは**全く違うウイルス株になっている**と専門家は言います。

財団法人 静岡県産業労働福祉協会

〒421-0113 静岡市駿河区下川原6丁目8番1号

TEL054(258)4855(代) FAX054(258)4403

<http://www.kenshin-shizuoka.net>

E-mail:info@kenshin-shizuoka.net

また、小児のインフルエンザ脳症も高齢者の肺炎も、安易な解熱剤の使用や細菌感染や食物の誤嚥などにより起こる場合が多く、ウイルスが直接脳や肺で増殖して起こるものではありません。

## ワクチン非接種地域におけるインフルエンザ流行状況（前橋レポート 1987）

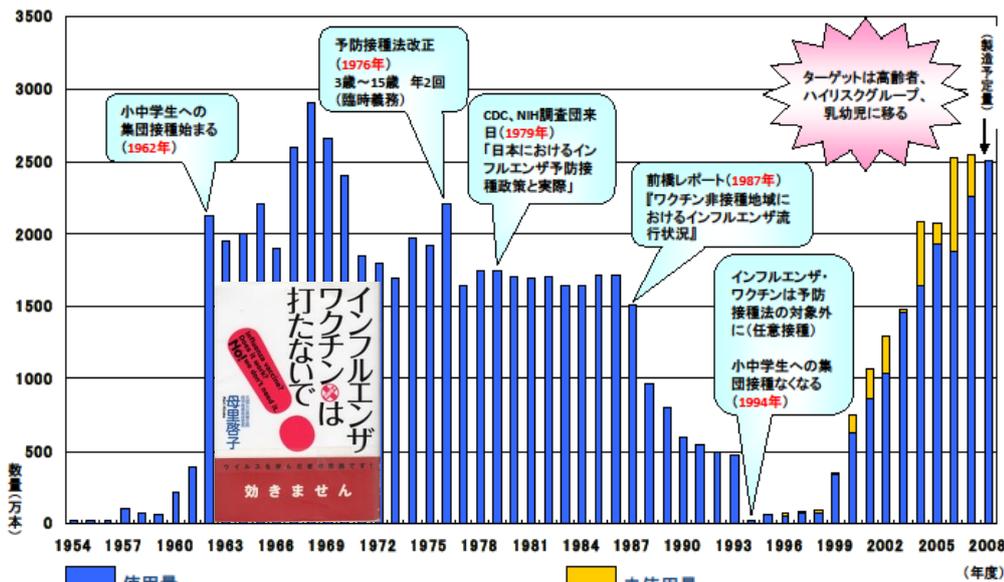
1979年、群馬県前橋市の一児童のワクチン事故をきっかけに、前橋市は急遽集団接種を中止し、前橋市医師会、国立公衆衛生院の医師らが研究班を結成し調査を開始しました。ワクチン接種非実施の前橋市、安中市、ワクチン接種実施の高崎市、桐生市、伊勢崎市の5市の小・中学校全体で、7万5,000人を対象に1980年から5年間にわたり疫学調査が実施されました。1987年に報告された結果では、「ワクチンを打っても打たなくても罹患率、学級閉鎖率等に差は無く、ワクチンに全く効果がない」ことが証明されました。伊勢崎市では、昭和59年も60年も半数以上の児童がワクチンを2回接種していたにもかかわらず、接種を受けなかった前橋市、安中市より逆に罹患率が高かった。また、前橋市5校の小学生600人の児童から年2回5年間にわたり採血して抗体検査を実施したところ、5人に1人、20%に不顕性感染（発症しなかった、前号にて説明）があることがわかりました。「インフルエンザは、自然感染することにより強い免疫が付き、一度自然感染すれば、ウイルスが変異を繰り返しても、簡単には感染しなくなる」と考えられたのでした。その後、全国で『インフルエンザワクチンは要らない』市民運動が起こり、1994年予防接種法が改定され、集団接種は中止に追い込まれたのでした。

## 小児集団接種中止後、新たなターゲットはどこへ

かつて社会防衛のために、健康な学童にまで強制接種し、多くの副反応被害を出し、結局1994年に集団接種が中止された日本の歴史を、もう一度思い返してほしいものです。今でも毎年、ギラン・バレー症候群や脊髄炎などの重篤な副反応が厚生労働省に報告されています。「元気な子供を予防接種に連れて行った私が悪い」と自分を責め続けている母親がいるのも事実です。インフルエンザワクチンに『社会的予防効果なし』とする過去の研究、いわゆる『前橋レポート（1987年）』は小児への集団接種を対象としていました。小児への集団接種が無効であったという結論を受けて、1990年代後半から、副作用ばかりで効果の無いはずのワクチン接種の新たなターゲットは 高齢者、重篤な基礎疾患を有する者、さらに乳幼児へとシフトされて行ったのでした。（下図参照）

## インフルエンザ・ワクチン製造量の推移

2008年5月21日時点



■ 使用量  
1954～1984年は「保健所運営報告」および『Japan Times』掲載記事、1985年以降は厚生労働省ホームページ「平成19年度インフルエンザワクチン需要について」を参照し編集部で再編成しました。

■ 未使用量  
1995年以前の未使用量については不明。

『インフルエンザワクチンは打たないで！』母里啓子 著  
の表の一部追加加丸（丸山）

10

## 最後に

日本は世界で唯一、インフルエンザ流行に対する大規模かつ長期間（5年間）にわたる疫学調査を実施した国であり、  
『**インフルエンザワクチンに効果なし**』と結論づけた国でもあります。ワクチンに頼ることなく、**免疫機能を最大限に発揮して**、インフルエンザに対処していきましょう。

主要参考日本語文献：「インフルエンザワクチンは打たないで！」母里啓子 著（診療所長 丸山正明）