

新型コロナウイルスワクチン接種後 予想されること

What to Expect after Getting the COVID-19 Vaccine (Japanese)

新型コロナウイルスワクチン接種はあなたを新型コロナウイルス感染から守ります。副反応がでるかもしれませんが、これはあなたの身体が防御力を作っている正常なしるしです。副反応はインフルエンザにかかったような感じになるかもしれませんが、また日常の活動に影響するかもしれませんが、数日でその症状は無くなるはずです。もし副反応が何もでなくても、ワクチンは効果がありますので安心してください。

COVID-19 vaccine will help protect you from getting COVID-19. You may have some side effects, which are normal signs that your body is building protection. These side effects may feel like flu and even affect your ability to do daily activities, but they should go away in a few days. If you do not experience any side effects, be assured that the vaccine is just as effective.

よくある副反応は何ですか？ What are the most common side effects?

注射をした腕の部分：

On the arm where you got the shot:

- 痛み Pain
- 腫れ Swelling
- 皮膚の赤み Redness of the skin

身体全体：

Throughout the rest of your body:

- 倦怠感（疲れ）Tiredness
- 頭痛 Headache
- 寒気 Chills
- 熱 Fever
- 筋肉痛 Muscle pain
- はき気 Nausea

CDC（アメリカ疾病予防管理センター）は、新型コロナウイルスの予防接種を受けた人のその後の健康状態をチェックする V-safe という新しいスマートフォンのツールを実施しています。登録した後、新型コロナウイルス予防接種後に何らかの副反応が出た場合は、ご自分のスマートフォンを使って CDC に知らせることができます。詳細はこのウェブサイトを参照してください：<http://www.cdc.gov/vsafe>。

スマートフォンをお持ちでなければ、このウェブサイトで副反応を報告することができます <https://vaers.hhs.gov>。

The CDC (Centers for Disease Control and Prevention) is implementing a new smartphone-based tool called v-safe to check-in on people's health after they receive a COVID-19 vaccine. After enrolling you will be able to use your smartphone to tell CDC about any side effects after getting the COVID-19 vaccine. To learn more visit: <http://www.cdc.gov/vsafe>. If you do not have a smartphone, you can report any side effects at <https://vaers.hhs.gov>.

役立つアドバイス Helpful tips

ワクチン接種後の痛みや違和感に対して市販薬、たとえばイブプロフェン、アセトアミノフェン、アスピリン又は抗ヒスタミン薬を服用することについて、あなたの医療提供者とご相談ください。通常これらの薬が服用できないような健康状態でなければ、ワクチン接種後の副反応を緩和するためにこれらの薬を内服できます。

副反応を予防するために、ワクチン接種前にこれらの薬を服用することはおすすめしません。

Talk to your health care provider about taking over-the-counter medicine, such as ibuprofen, acetaminophen, aspirin, or antihistamines, for any pain and discomfort you may have after getting the vaccine. You can take these medications to relieve post-vaccination side effects if you have no other medical reasons that prevent you from taking these medications normally.

It is not recommended you take these medicines before vaccination for the purpose of trying to prevent side effects.

ケアに関する指示は？ What are my care instructions?

注射をした部分の痛みと違和感を和らげるためには：

To reduce pain and discomfort where you got the shot:

- 清潔な冷たい濡れタオルをその部分に当てる。
- その腕を使う、または運動する。

Apply a clean, cool, wet washcloth over the area.

Use or exercise your arm.

発熱による不快感を和らげるためには：

To reduce discomfort from fever:

- 水分を十分に摂取する。
- 軽装をする。

Drink plenty of fluids.

Dress lightly.

どんな時に医師に連絡すればいいですか？ When should I call the doctor?

ほとんどの場合、熱による不快感や痛みは正常です。次のようなことがあれば、あなたの担当医または医療従事者に連絡してください。

In most cases, discomfort from fever or pain is normal. Contact your doctor or healthcare provider if you have:

- 注射をした部分が赤かったり圧痛があり、24時間経過後その割合が増している場合
Redness or tenderness where you got the shot that increased after 24 hours
- 副反応が心配であるかまたは、数日経ってもそれがよくなる場合
Side effects are worrying you or do not seem to be going away after a few days

注射は何回受けないといけないですか？ How many shots do I need to get?

- ファイザーとモデルナ（新型コロナウイルスmRNAワクチン）-最大の予防効果を得るには**2回の注射**が必要です。もし1回目の接種で副反応が出たとしても、予防接種の担当者またはあなたの担当医が2回目は受けないよと言わない限り、2回目の接種を受けてください。

Pfizer and Moderna (mRNA COVID-19 vaccines) - you will need **2 shots** in order to get the most protection. You should get the second shot even if you have side effects after the first shot unless a vaccination provider or your doctor tells you not to get it.

- ヤンセンのワクチン（新型コロナウイルスワクチンウイルスベクター） - 1回の接種だけです。

Janssen vaccine (viral vector COVID-19 vaccine) - you will only need 1 shot.

ワクチンによる最大の予防効果がでるまでにはどのくらいかかりますか？

How soon will I get the maximum protection from the vaccine?

どのような予防接種でもあなたの身体に防御力がつくまでには時間がかかります。

It takes time for your body to build protection after any vaccination.

- 2回の注射が必要なファイザーとモデルナのワクチンは、2回目の注射の後2週間経たなければ防御できないかもしれません。

Pfizer and Moderna vaccines that require 2 shots may not protect you until about 2 weeks after your second shot.

- 1回の注射が必要なヤンセンのワクチンは、ワクチン接種後2週間経たなければ防御できないかもしれません。

Janssen vaccine that requires 1 shot may not protect you until about 2 weeks after vaccination.

私が2回のワクチン接種を受けた場合も、マスクを着けたり他の人と濃厚接触を避ける事が必要ですか？

Do I need to wear a mask and avoid close contact with others if I have received 2 doses of the vaccine?

ファイザー又はモデルナのような2回連続投与の場合は2回目の接種の2週間後に、またヤンセンのような1回投与のワクチンの場合は接種2週間後には、完全に予防接種を受けたとみなされます。

予防接種を完了した人たちは、パンデミックのために中止していた事がある程度再開することができます。実際の生活における新型コロナウイルスワクチンの予防効果について専門家がさらに知識を得るまでは、CDCが度々ガイドラインを更新します。

完全に予防接種をした人たちが行うことができる最新のガイドラインについて、このサイトをご覧ください：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated.html>

You are considered fully vaccinated 2 weeks after the second dose in a 2-dose series like the Pfizer or Moderna vaccine or 2 weeks after the single-dose vaccine like the Janssen vaccine. People who have been fully vaccinated can start to do some things that they had stopped doing because of the pandemic. While experts learn more about the protection that COVID-19 vaccines provide under real-life conditions, the CDC will update its guidelines frequently. Please visit: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated.html> to see the most current guidelines about what fully-vaccinated people can do.

免責条項:この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン・メディスンが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン・メディスン外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容についてミシガン・メディスンは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験とは異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問合わせ下さい。

抜粋：C D C。新型コロナウイルスワクチン接種を受けた後に予測されること。アクセスは：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after.html>

承認：新型コロナウイルスワクチン患者教育/コミュニケーション・ワークグループ

翻訳：ミシガン・メディスン通訳サービス

[ミシガン・メディスン](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示 - 非営利 - 継承 4.0 国際パブリック・ライセンス](#) を有しています。最終版 2021年3月11日

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Adapted from: CDC. What to Expect after Getting a COVID-19 Vaccine. Access at: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after.html>

Approved by: COVID19 Vaccine Patient Education/Communication Workgroup
Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](#). Last Revised 3/11/2021