

健康的な生活習慣がワクチン接種後の有害事象を減らす
～朝食摂取と十分な睡眠確保の重要性～

【概要】

岐阜大学大学院医学系研究科感染症寄附講座の手塚宣行特任教授、岐阜大学保健管理センターの山本眞由美教授らのグループは、岐阜大学の大学生を対象とした研究で、新型コロナワクチン接種後の有害事象が、朝食の摂取と十分な睡眠時間をとる習慣のある大学生においては、発生率が低くなる事を報告しました。

岐阜大学の大学生における新型コロナワクチン接種後の有害事象は、高い頻度で発生しましたが、生命を脅かされるような重篤なものや入院を要するものではありませんでした。特に接種回数が多いこと、女性であること、BMIが低いことが有害事象の発生率の高さと関連していました。生活習慣では、朝食の定期的な摂取と睡眠時間を長くとする生活習慣のある大学生は、有害事象の発生率が低いことが明らかになりました。健康的な食事と睡眠習慣、理想体重の維持が若年成人における新型コロナワクチン接種後の有害事象を減らすことが分かりました。今後、他の種類のワクチンでも有害事象の減少に關与する要因に関する研究が進むことが期待されます。

本研究成果は、日本時間2024年6月22日にVaccine: X誌（Elsevier社）のオンライン版で発表されました。

【メディア掲載】

掲載日	新聞社名	内容
2024/7/4	朝日	岐阜大チーム 学生対象調査 コロナワクチン接種後の「有害事象」 女性や低体重の人 高い発生率 ～医学系研究科 手塚宣行 特任教授（感染症学）～
2024/7/19	科学新聞	ワクチン接種後の有害事象 健康的な生活習慣で減少 朝食と睡眠時間が重要 岐阜大調べ ～医学系研究科 手塚宣行 特任教授、保健管理センター 山本眞由美教授らのグループ～
2024/8/1	Medical Tribune	コロナワクチンの有害事象は朝食で防げるか 感染症 ～大学院感染症寄附講座 手塚宣行 特任教授～