



本康歯科ニュース



世界中のどの歯医者に行くよりも、この歯医者に来て良かった！！」と思ってもらえる歯科医院めざして！

『ノーベル賞学者・警鐘「日本でのワクチン開発、治験など現実離れした話」

欧米や中国などでは今、「ワクチン開発競争」が激化している。日本も例外ではない。

ワクチン開発への期待は高まる一方だが、こう警鐘を鳴らす。

「そもそも、新型コロナウイルスはインフルエンザウイルスや HIV ウイルスと同じように、『DNA』ではなく、『RNA』を遺伝子に持つウイルスです。この RNA ウイルスの場合、効果的なワクチンを作るのは難しいことが知られています」

端的に言えば、二重らせんという安定的な構造を持つ DNA に対し、一重らせんの RNA はその構造が不安定で、遺伝子の変異しやすい。

「インフルエンザのワクチンを打っても効かないことが多いのは、流行している間に、ウイルスの遺伝子の変異していくからです。遺伝子の変異してしまうと、ワクチンが効きにくくなったり、まったく効かなくなったりするのです」

もし完成しても一部のウイルスにしか効かない

新型コロナもインフルエンザ同様、遺伝子の変異するスピードが非常に速いという。

「中国で発生して以来、世界各地に広がっていく過程で変異を繰り返し、5月末ですでに数百の変異があるという報告があります。ワクチンが完成しても、開発当初とは異なる遺伝子のウイルスが蔓延しているかもしれない。そうすると、一部のウイルスにしか効かないことも十分にあり得ます」

こういった報告がありました。つまり、これからずっとこの新型コロナウイルスとうまく共存する必要があります。うまく共存するために、新型インフルエンザの時と同様、口腔ケアにて防御力アップをはかりませんか？

かんぶつ
乾物で
ヘルシー
レシピ

今回の乾物

カットわかめ

味噌わかめ

●栄養価(1人分)●
エネルギー 67kcal
塩分..... 2.7g
食物繊維..... 1.9g

材料(2人分)

カットわかめ.....5g
きゅうり.....1本
本塩..... 小さじ1/2
味噌・砂糖・みりん 各大さじ1

作り方

- 1 カットわかめは水で戻し、水気を切っておく。きゅうりは小口切りにし、塩をまぶしてしんなりしたら軽く洗って絞っておく。
- 2 鍋にカットわかめ・味噌・砂糖・みりんを入れて混ぜ、弱火～中火にかけて汁気がなくなったら火を止める。
- 3 器に 1 のきゅうりと 2 を盛る。

One Point

カットわかめは使い勝手のよい乾物の代表格です。さっと水戻しして使えるので、常備しておくとう便利です。味噌汁の具だけでなく、ほかの料理にも使ってみましょう。