

COVID-19 백신 - 캐나다 고령자가 알아야 할 사항



2023년 10월
(2024년 1월 업데이트됨)

National Institute on Ageing

권장 인용문헌:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J.(2024). COVID-19 Vaccines – What Older Canadians Need to Know. National Institute on Ageing. Toronto, ON.

우편 주소:

**National Institute on Ageing
Ted Rogers School of
Management
350 Victoria St.
Toronto, Ontario
M5B 2K3
Canada**

National Institute on Ageing 정보

NIA(National Institute on Ageing)는 Toronto Metropolitan University(구 Ryerson University)에 기반을 둔 공공 정책 및 연구 센터입니다. NIA는 생애 전반에 걸쳐 성공적인 노화를 지원하는 데 전념하며 재정적, 심리적, 사회적 웰빙을 포함한 다양한 관점에서 노화 문제를 고려하는 독특한 임무를 맡고 있습니다.

NIA는 캐나다 고령 인구로 인해 제시되는 다양한 문제와 기회를 해결하는 데 필요한 더 나은 공공 정책 및 관행에 대한 청사진을 제공하기 위해 증거 기반의 실행 가능한 학제 간 연구를 선도하는 데 중점을 둡니다.

NIA는 모든 수준의 정부 기관, 민간 및 공공 부문 파트너, 학술 기관, 노화 관련 조직 및 캐나다 국민과 생산적이고 협력적으로 작업할 수 있도록 국가 리더십과 공공 교육을 제공하기 위해 노력하고 있습니다.

UHN 및 Sinai Health 의 Healthy Ageing and Geriatrics Program 정보

Sinai Health 및 University Health Network 의 Healthy Ageing and Geriatrics Program 은 모든 고령자, 특히 그 중에서도 복합적이고 노쇠한 고령자를 케어하는 데 전념하고 있습니다. 우리는 건강한 노화를 위해 대인관계 전문 지식을 제공하고, 연구를 수행하고, 혁신적인 치료 모델을 구현하고, 우리 자신과 타인을 교육하고, 모든 파트너와 협력합니다.

저자

이 지침 문서의 저자는 다음과 같습니다.

Dr. Samir K. Sinha, MD, DPhil, FRCPC, FCAHS, AGSF

Director of Geriatrics
Sinai Health and University Health Network;
Director of Health Policy Research,
National Institute on Ageing;
Associate Professor, Departments of Medicine,
Family and Community Medicine, Health Policy,
Management and Evaluation,
University of Toronto

Arushan Arulnamby, MPH

Policy Analyst, National Institute on Ageing,
Toronto Metropolitan University

Ms. Sabina Vohra-Miller, MSc

Founder of Unambiguous Science

Dr. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC

Medical Director, Infection Prevention
and Control, Sinai Health;
Infectious Diseases Departmental
Division Director, University of Toronto;
Associate Professor, Departments of Medicine
and Laboratory Medicine and Pathobiology,
University of Toronto

목차

COVID-19 백신에 관한 일반적인 질문	7
고령자 관련 질문	13
특정 인구 집단 관련 질문	18
COVID-19 백신에 대한 오해 폭로	22
기타 질문	24

소개

2020년 말부터 캐나다에서는 연구 및 역학 보고서를 기반으로 다양한 COVID-19 백신이 개발, 승인, 권장되었습니다. 이러한 COVID-19 백신이 개발되고 승인되었다는 소식은 기대감과 희망을 불러왔지만, 특히 고령자 및 우리 사회의 가장 취약한 일부 구성원 사이에서는 회의적인 반응도 있었습니다.

COVID-19 백신, 백신의 개발 과정, 백신이 개인 건강에 미치는 영향에 대한 수많은 타당한 의문과 오해가 존재합니다. 캐나다가 위기 단계에서 벗어나 장기적인 COVID-19 관리를 향해 나아가면서, 이러한 우려를 해결하는 것이 중요해졌습니다.

다음은 캐나다 고령자 사이에서 제기되는 COVID-19 백신에 관한 몇 가지 일반적인 질문, 그리고 사실에 대한 최신 정보를 확인하는 데 도움이 되는 증거에 입각한 답변입니다.

COVID-19 백신에 관한 일반적인 질문

백신은 어떻게 작용하나요?

우리의 신체는 질병을 일으킬 수 있는 다양한 박테리아, 바이러스 또는 곰팡이를 만나게 될 수 있습니다. 이러한 요소는 흔히 병원체라고 합니다. 질병을 일으키는 이러한 유기체와 싸워 몰아내기 위해 신체의 면역 체계는 항원이라는 병원체의 일부를 기반으로 생산되는 항체를 생성합니다. 이를 통해 질병으로부터 신체를 보호할 수 있으며, 이를 면역력이라고 합니다. 우리 신체에는 특정 병원체 관련 항원에 대한 수천 가지의 다양한 항체가 있습니다.

신체가 COVID-19 바이러스와 같은 새로운 병원체를 접하게 되면 특정 항체를 생성하는 데 시간이 걸립니다. 신체가 반격할 준비가 되었을 때쯤에는 이미 감염되어 많은 피해를 입었을 수 있으며, 이는 중증 질환과 사망으로 이어질 수도 있습니다. 그러나 일단 해당 바이러스를 몰아냈다면, 신체는 이 특정한 바이러스에 맞서 싸우는 방법을 기억하도록 돕는 항체 생성 기억 세포도 생성합니다. 따라서 다음에 동일한 바이러스와 접촉하면 신체에서 이를 기억해 방어 시스템을 신속하게 구축할 수 있습니다.

바로 이 점 때문에 백신이 도움이 될 수 있습니다. 백신에는 약화된 바이러스, 비활성 항원 또는 면역 체계 반응을 유발하는 항원을 생성하기 위한 청사진이 포함되어 있습니다. 이를 통해 신체는 다양한 병원체에 대한 면역 반응을 높일

수 있습니다. 즉, 나중에 신체가 면역력을 갖게 된 실제 병원체를 발견하게 되면 이를 신속하게 인지하고 즉시 반응하여 심각한 건강 문제가 발생하기 전에 싸워서 몰아낼 수 있습니다.

mRNA 백신은 어떻게 작용하며, 어떤 백신을 이용할 수 있나요?

mRNA 또는 메신저 RNA는 우리 신체에서 자연적으로 발생하는 분자로, 마치 레시피가 적힌 카드처럼 신체에 필수 단백질을 만들도록 지시합니다.

연구진은 COVID-19 팬데믹 이전부터 수십 년에 걸쳐 mRNA 기반 치료법을 연구하고 작업해 왔습니다. COVID-19를 유발하는 바이러스에 대한 필수 정보를 확보하자마자 과학자들은 최초의 mRNA COVID-19 백신을 설계하기 시작했습니다.

이러한 백신에서 합성 mRNA는 실제 COVID-19 바이러스 표면에서 발견되는 스파이크 단백질 항원의 무해한 버전을 만들도록 신체에 지시합니다. 해당 백신은 신체에 소량의 스파이크 단백질 항원을 생성하도록 지시하는 mRNA 지침, 또는 '레시피가 적힌 카드'를 전달하는 방식으로 작용합니다. 우리 신체는 해당 항원이 신체에 속하지 않는다는 것을 알아채고, COVID-19 바이러스의 스파이크

단백질 항원에 대한 보호 항체를 생성하여 면역 반응을 높입니다. 따라서 나중에 실제 COVID-19를 유발하는 바이러스와 접촉하게 되면 어떻게 맞서 싸워야 할지 곧바로 알게 됩니다. 백신의 mRNA는 빠르게 분해되기 때문에 체내에 오래 머무르지 않습니다. 백신의 mRNA는 DNA에 들어가거나 어떤 방법으로든 DNA에 변화를 가져올 수 없습니다.

mRNA 백신은 무척 흥미로운 과학적 진보이며 이를 통해 인플루엔자, 호흡기 세포융합 바이러스(RSV), 지카 바이러스, 광견병 및 거대세포 바이러스(일반적으로 CMV라고 함)와 같은 다른 바이러스에 대한 백신도 설계할 수 있습니다. 또한 mRNA 백신은 암에 맞서는 새로운 방법으로도 연구되고 있습니다.

캐나다는 SARS-COV-2의 다양한 변종을 표적으로 다양한 성인용 mRNA COVID-19 백신을 승인해 왔습니다. 지난 3년 동안 승인된 mRNA 백신 중에서 현재 이용할 수 있는 백신은 2023년 가을에 접종하도록 승인받았으며 가장 최근의 바이러스 균주 중 하나를 표적으로 하는 두 가지 새로운 mRNA 백신인 **Comirnaty® Omicron XBB.1.5**(Pfizer-BioNTech) 및 **Spikevax® XBB.1.5**(Moderna)입니다.

단백질 아단위 백신은 어떻게 작용하며, 어떤 백신을 이용할 수 있나요?

단백질 아단위 백신은 수십 년 동안 백일해 및 B형 간염 등의 다양한 질병을 예방하는 데 사용되어 왔습니다.

이러한 백신에는 확실히 자리를 잡은 프로세스를 통해 개발된 바이러스의 정제 단백질이 포함되어 있습니다. 먼저, COVID-19 바이러스의 스파이크 단백질을 생성하라는 지시가 담긴 바이러스의 유전 물질 조각을 다른 세포에 삽입하여 해당 단백질을 생산합니다. 그런 다음 단백질을 정제한 후 체내에 삽입하여 면역 반응을 유발합니다. 백신에는 단백질 항원의 면역 반응을 높이기 위한 보조제인 Matrix-M도 포함되어 있습니다. 이러한 보조제는 다양한 백신에 걸쳐 안전하게 사용되어 왔습니다.

단백질 아단위 백신은 바이러스가 포함되어 있지 않으므로 감염을 일으킬 수 없습니다.

본래 **Nuvaxovid™**(Novavax) COVID-19-백신이 캐나다에서 성인이 이용할 수 있는 유일한 단백질 아단위 COVID-19 백신이었습니다. 2023년 12월, 가장 최근 바이러스 변종 중 하나를 표적으로 하는 **Nuvaxovid™ XBB.1.5**(Novavax) COVID-19 백신이 사용 승인을 받았습니다.

1차 접종과 추가 접종의 차이점은 무엇인가요?

1차 접종은 개인이 투여받는 첫 번째 COVID-19 백신 접종입니다. 상황에 따라 1~2회 접종받게 됩니다. 1차 백신 접종의 경우, 1회의 COVID-19 백신 접종 간에 권장되는 간격은 8주입니다.

현재 1차 접종은 mRNA 백신을 이용하는 것이 권장됩니다. 이러한 백신을 이용할 수 없는 경우 단백질 아단위 COVID-19 백신 **Nuvaxovid™** (Novavax)을 투여해야 합니다. 1차 접종은 여러 가지 백신을 사용하여 완료할 수 있다는 점에 유의해야 합니다.

1차 접종 후 추가 접종을 받도록 권장하는 것은 COVID-19 감염, 그리고 마지막 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 약해졌을 수 있는 COVID-19 증상 및 중증 질환에 대한 예방 효과를 강화하기 위해서입니다. 마지막 COVID-19 백신 접종 또는 감염일로부터 6개월 이상 지난 후 접종하는 것이 좋습니다. 더 짧은 간격(예: 3개월~<6개월)을 둔다고 해서 안전성 위험이 생기는 것으로 밝혀지지 않았지만, 간격을 더 길게 두면 시간이 지남에 따라 더 높은 수준의 면역력 또는 예방 효과를 달성할 수 있습니다.

1차 접종에서와 마찬가지로, mRNA COVID-19 백신은 추가 접종 시의 기본 백신입니다. mRNA COVID-19 백신을 이용할 수 없는 경우 단백질 아단위 COVID-19 백신 **Nuvaxovid™**(Novavax)을 투여해야 합니다.

2023년 12월에 승인된 **Nuvaxovid™** XBB.1.5(Novavax)의 경우, 해당 백신을 가장 효과적으로 이용하는 방법에 대한 추가 지침을 제공할 수 있도록 현재 캐나다의 NACI(National Advisory Committee on Immunization)에서 검토 중입니다.

COVID-19 백신의 최신 제형은 무엇인가요?

현재 캐나다에는 이전에 이용 가능했던 COVID-19 백신이 표적으로 하는 균주보다는 새로운 오미크론 균주가 훨씬 흔합니다. 이러한 새로운 오미크론 균주는 이전 오미크론 균주에 비해 신체가 만들어낸 항체를 더 잘 피해갈 수 있습니다.

2023년 가을 이래로 캐나다에서는 최근의 오미크론 균주 중 하나를 특별히 겨냥한 새로운 일련의 COVID-19 백신을 이용할 수 있게 되었습니다. 이러한 백신은 SARS-CoV-2 바이러스의 기존 균주가 포함되지 않으며, 대신 새로운 오미크론 균주 중 하나로만 구성됩니다. 따라서 이전에 이용 가능했던 COVID-19 백신에 비해 더 뛰어난 면역 반응을 제공할 것으로 기대됩니다. 이에 따라 NACI는 이전 백신 접종 횟수에 관계없이 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신(Moderna 또는 Pfizer-BioNTech)을 접종받을 것을 권고합니다. 백신 접종 간격은 이전 COVID-19 백신 및/또는 감염 이력에 따라 다릅니다(고령자 권고 사항은 13 페이지를 참고하십시오).

Comirnaty® Omicron XBB.1.5(Pfizer-BioNTech) 및 **Spikevax® XBB.1.5**(Moderna)는 2023년 9월 Health Canada의 사용 승인을 받았습니다.

Novavax의 새로운 COVID-19 백신 제형은 2023년 12월 Health Canada의 승인을 받았습니다. 이 새로운 백신은 해당 백신을 가장 효과적으로 이용하는 방법에 대한 추가 지침을 제공할 수 있도록 현재 NACI에서 검토 중입니다.

동물 및/또는 인간 대상 시험 데이터에 따르면, 이미 새로운 Moderna, Novavax 및 Pfizer-BioNTech 백신은 SARS-CoV-2 XBB* 오미크론 바이러스 균주에 대해 강력한 면역 반응을 유발했습니다.

COVID-19 백신은 매우 빠르게 개발되었습니다. 개발 과정에서 중요한 단계를 건너뛴 건 아닌가요?

Health Canada의 [웹사이트](#)에 따르면, 캐나다에서 승인된 모든 COVID-19 백신은 다음과 같습니다.

- 백신에 대한 일반적인 안전성, 품질 및 효능 요구 사항을 모두 포함하여 백신 승인을 위한 일반적인 요구 사항을 충족하며, 해당 백신의 사용 승인을 받기 위해 간과한 요구 사항은 없습니다.
- 그 품질, 안전성, 효능을 지속적으로 모니터링합니다.

전 세계의 여러 국가와 기업은 COVID-19 백신 개발을 지원하기 위해 전례 없는 방식으로 단결하여 협력했습니다. 보건 기관, 백신 연구진, 제조업체는 막대한 자금을 투자하고, 직원을 재배치하고, COVID-19 백신 관련 작업을 위해 다양한 협업을 개발하며 COVID-19 백신을 개발하는 것을 최우선 순위로 삼았습니다. 이러한 모든 작업은 안전을 고려하여 진행되었으며, 안전성 및 효능 모두를 입증해야 하는 임상시험에서는 실사가 절대적으로 수행되었습니다.

승인된 COVID-19 백신이 빠르게 개발되는 데 기여한 기타 요인은 다음과 같습니다.

- 가장 초기의 COVID-19 백신 개발은 메르스 (MERS, 중동 호흡기 증후군) 및 사스 (SARS-CoV)와 같은 COVID-19 이전의 다른 COVID-19 균주에 대해 수행된 수십 년간의 연구를 기반으로 진행되었습니다.

- 과학과 기술이 더욱 진보하여 새로운 백신 개발이 한층 쉬워졌으며, COVID-19 바이러스가 발견된 직후 바이러스의 유전자 서열이 분석되면서 과학자들은 신속하게 다양한 백신 후보를 만들고 임상시험을 시작할 수 있었습니다.
- 개발 중인 백신의 안전성 및 효과를 보다 신속하게 테스트하고 확립하는 데 필요한 대규모 임상시험을 구현하기 위한 충분한 자금 지원을 포함하여 과학자, 의료 전문가, 연구진, 업계 및 정부 간의 강력한 국제적 협력이 있었습니다.

백신 접종 후의 증상을 예방하려면 접종 전에 아세트아미노펜(타이레놀) 또는 비스테로이드성 항염증제를 복용해야 하나요?

백신 접종 후의 증상을 관리하기 위해 이러한 약물을 복용할 수도 있지만, 백신 접종 전 또는 접종 중에는 이러한 약물을 정기적으로 복용하는 것을 권장하지 않습니다. 그러나 이러한 약물을 복용했다 해도 백신을 접종할 수 있습니다.

백신 접종 후의 증상을 관리해야 하는 경우 고령자는 아세트아미노펜을 복용하는 것이 좋습니다.

이미 COVID-19에 감염된 적이 있습니다. 백신을 접종해야 하나요?

이전에 이미 COVID-19에 감염되었다 해도 백신을 접종받으면 여전히 도움이 됩니다. 감염과 백신 접종을 둘 다 겪은 이후 생성된 면역력(하이브리드 면역이라고도 함)은 향후 감염 및 중증 질환의 발생률을 낮추기 때문입니다. 이는 특히 최근 오미크론 균주에 대한 감염으로 하이브리드 면역력이 생긴 개인에게 해당되는 사항입니다.

1차 접종을 시작하거나 완료하지 않은 개인의 경우, 양성 테스트 결과가 나왔거나 증상이 발병했다면 8주간 기다렸다가 백신을 접종받는 것을 권장합니다. 1차 접종을 완료한 개인의 경우, 이전 감염 시점으로부터 6개월간 기다렸다가 다음 백신을 접종받는 것을 권장합니다.

최근에 감염되었다 해도 백신을 접종하는 데 따른 안전성 문제는 없으며 내약성도 좋은 것으로 밝혀졌지만, 시간 간격을 두는 이유는 감염 및 백신 접종 간 시간이 길면 길수록 개인의 면역 반응도 높아지는 것으로 파악되었기 때문입니다.

이전 백신 접종 및 감염을 통해 이미 하이브리드 면역력이 생긴 경우라도 시간이 지나면 개인의 감염 예방 효과는 결국 감소하게 됩니다. 이는 최근 6개월간 백신 접종을 받지 않았거나 최근 COVID-19에 감염되지 않았다면 접종을 권장하는 이유 중 하나입니다.

인플루엔자 백신과 COVID-19 백신을 동시에 접종받을 수 있나요?

인플루엔자 백신과 COVID-19 백신은 동시에 접종받을 수 있으며, 다른 백신(예: 호흡기 세포융합 바이러스, 폐렴구균, 대상포진 등) 접종 전후에도 언제든지 접종받을 수 있습니다.

어떤 다른 백신을 접종하는 것이 좋은지는 담당 의료 서비스 제공자에게 문의하세요.

고령자에게 권장되는 백신에 대한 자세한 내용은 19페이지를 참조하세요.



고령자 관련 질문

고령자입니다. COVID-19 백신을 접종해야 하나요?

고령자는 COVID-19 감염의 영향을 크게 받는 것으로 나타났습니다. 캐나다에서는 60세 이상의 성인이 COVID-19 입원자의 70%, COVID-19 사망자의 92%를 차지합니다.

캐나다에서 고령자에게 사용하도록 승인된 COVID-19 백신은 매우 안전하고 효과적인 것으로 밝혀졌습니다.

COVID-19 백신을 접종하면 바이러스에 노출될 경우 질환에 감염될 위험을 낮추고 심각한 영향(예: 입원, 사망)의 위험을 줄이는 등 다양한 이점이 있습니다. 또한 COVID-19 백신을 접종하면 COVID-19 감염 시 심각한 증상이 나타날 위험이 있는 주변 사람들을 보호할 수 있습니다. Public Health Agency of Canada와 캐나다의 여러 의료 및 간호 협회에서는 모든 캐나다 고령자가 가능하다면 백신 접종을 받을 것을 권장합니다.

SARS-CoV-2의 현재 변종은 백신 및 이전 감염으로 생긴 항체를 더 잘 피할 수 있으므로 백신을 접종받는 것이 특히 중요합니다. 2023년 가을 이래로 이러한 변종을 표적으로 하는 새로운 COVID-19 백신 제형을 이용할 수 있게 되었습니다. 해당 백신은 현재 이용 가능한 백신에 비해 이러한 변종에 대해 더욱 강력한 예방 효과를 제공할 것으로 예상됩니다.

COVID-19 백신은 고령자에게 효과적이고 안전한가요?

예. Pfizer-BioNTech, Moderna 및 Novavax가 실시한 백신 임상시험의 경우 COVID-19 백신이 안전하고 효과적인지 확인하기 위해 기존 백신 임상시험에 상당수의 고령자를 등록했습니다.

개인의 실험실 확진 COVID-19 질환을 예방하는데 있어 Pfizer-BioNTech, Moderna 및 Novavax 백신이 보이는 전반적인 효능은 각각 다르지만, 임상시험 결과 백신 접종을 완료한 개인의 입원 및 사망 예방 효능이 가장 높은 것으로 밝혀졌습니다.

업데이트된 XBB.1.5 함유 COVID-19 백신은 이전에 이용 가능했던 COVID-19 백신에 비해 현재 균주에 대해 더 뛰어난 효과를 보일 것으로 예상됩니다. 동물 및/또는 인간 대상 시험 데이터에 따르면, 이미 새로운 Moderna, Novavax 및 Pfizer-BioNTech 백신은 SARS-CoV-2 XBB* 오미크론 바이러스 균주에 대해 강력한 면역 반응을 유발했습니다.

효능의 종말점은 임상시험마다 조금씩 다르므로 백신 임상시험 간에 서로 다른 효능 비율을 비교하는 것은 권장하지 않으며, 따라서 서로와 동등한 입장에서 비교할 수는 없습니다. 또한, 서로 다른 COVID-19 백신과 관련된 임상시험은 팬데믹 기간 중 다양한 시기에 다양한 국가에서 수행되었습니다. COVID-19 발병 수, 그리고 이러한 임상시험이 실시되는 동안 유행했던 변종의 수 및 유형도 효능 결과에 영향을 미칠 수 있습니다. 현재 이용 가능한 모든 백신은 중증 질환, 입원 및 COVID-19 관련 사망을 예방하는데 있어 매우 효과적이라는 점을 꼭 기억하세요.

그러나 COVID-19는 물론 권장 백신 및 이전 감염으로 얻은 예방 효과가 나타나는 기간 또한 여전히 확실하지 않으므로, 백신을 접종받았든 그렇지 않든 COVID-19 확산을 막기 위한 다른 중요한 공중 보건 조치를 중단해서는 안 됩니다. 공공장소에서의 마스크 착용, 물리적 거리 두기, 손 자주 씻기, 혼잡한 장소 피하기는 여전히 매우 중요한 전략입니다.

고령자가 접종받아야 하는 COVID-19 백신은 무엇이며, 투여 간격은 얼마나 두어야 하나요?

고령자는 업데이트된 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신(Pfizer-BioNTech 및 Moderna)을 접종받을 것을 권고합니다.

이러한 백신은 이전의 COVID-19 백신에 비해 현재 유행하는 COVID-19 균주에 대한 더욱 강력한 면역 반응을 제공할 것으로 예상되며, 마지막 백신 접종 또는 감염 이후 감소했을 수 있는 감염, 증상, 중증 질병에 대한 예방 효과도 개선할 것입니다.

기본 COVID-19 백신은 여전히 mRNA 백신 (Pfizer-BioNTech 및 Moderna)이며, 기존 **Nuvaxovid™** 백신(Novavax)은 mRNA 백신 접종을 원하지 않거나 접종할 수 없는 사람들에게 사용하도록 권장됩니다. 최근 승인된 **Nuvaxovid™** XBB.1.5 (Novavax) COVID19-백신은 해당 백신을 가장 효과적으로 이용하는 방법에 대한 추가 지침을 제공할 수 있도록 현재 NACI에서 검토 중입니다.

COVID-19 백신을 전혀 접종받지 않은(1차 접종을 시작하지 않은) 개인의 경우, XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신을 1회 접종받을 것을 권고합니다. 최근 COVID-19에 감염되었다면 8주간 기다렸다가 접종받을 수 있습니다.

1차 접종을 시작했지만 이전 COVID-19 백신을 1회만 접종받은 개인의 경우, XBB.1.5 함유 mRNA 백신 접종을 통해 1차 접종을 완료할 것을 권고합니다. 이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 8주 이상 지난 경우 접종받을 수 있습니다.

1차 접종을 완료한(이전 COVID-19 백신을 2회 이상 접종받은) 개인의 경우, XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신을 접종받을 것을 권고합니다. 이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 6개월 이상 지난 경우 접종받을 수 있습니다.

업데이트: 2024년 봄부터 NACI는 캐나다 고령자와 면역 손상 환자, 그리고 장기 요양 시설 장기 요양 시설 및 기타 집단 생활 시설에서 거주하는 성인 거주자의 경우 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신을 추가로 접종받을 것을 권고합니다. 이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 6개월 이상 지난 경우 추가로 접종받을 수 있습니다.

XBB.1.5 비함유 COVID-19 백신 접종 횟수	권고하는 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신 접종 횟수	신규 접종 권고 시점
0회	1회	지금 바로 접종 가능 최근 COVID-19에 감염된 경우 8주간 기다렸다가 접종받는 것이 좋음
1회	1회	이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 8주간 기다렸다가 접종
2회 이상	1회	이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 6개월간 기다렸다가 접종**

* Comirnaty® Omicron XBB.1.5(Pfizer-BioNTech) 또는 Spikevax® XBB.1.5(Moderna).

** 더 짧은 간격(예: 3개월~<6개월)을 둔다고 해서 안전성 위험이 생기는 것으로 밝혀지지 않았습니다.

고령자의 COVID-19 백신 부작용에는 무엇이 있나요?

백신의 부작용은 신체의 면역 체계가 활성화되어 향후 바이러스를 접할 때 바이러스를 인지하고 싸워 물리칠 준비를 하고 있음을 의미합니다.

COVID-19 백신과 관련된 부작용은 일반적으로 경미하며, 고령자의 경우에도 다른 연령층과 다르지 않습니다.

가장 안심할 수 있는 것은 지금까지 COVID-19 백신을 접종한 수억 명의 고령자 사이에서 심각하거나 예상치 못한 부작용이 발생했다는 명확한 패턴은 보이지 않는다는 점입니다.

XBB.1.5 함유 COVID-19 백신 전반에 걸친 일반적인 부작용으로는 접종 부위 통증, 피로, 두통, 구역질, 근육통, 발열 등이 있습니다. 이러한 부작용은 하루 또는 이틀 동안 지속될 수 있으며, 며칠 이상 지속되는 경우는 거의 없습니다.

백신 부작용은 일반적으로 면역 체계가 맡은 일을 제대로 하고 있다는 증거입니다. 즉, 백신 접종 대상으로부터 신체를 보호하기 위해 움직이면서 면역력을 키우고 있는 것입니다.

실제로 고령자는 젊은 사람들보다 면역 체계가 약한 경향이 있으므로 부작용 비율도 낮아 보이지만, 마찬가지로 이러한 백신을 통해 젊은 성인층이 달성하는 것과 동일한 수준의 면역력이나 예방 효과를 달성하고 있습니다.

알레르기 반응은 어떤 약물 또는 음식에 대해서든 나타날 수 있습니다. 일부의 경우 COVID-19 백신 성분에 알레르기가 있을 수 있지만, 이러한 알레르기 반응은 상대적으로 드물다는 점을 기억해야 합니다. 알레르기(에피펜을 휴대해야 하는 중증 알레르기 포함)가 있는 경우, 담당 의사에게 문의해 위험 수준을 평가하고 안전한 백신 접종을 위한 추가 정보를 확인하는 것이 좋습니다.

백신 접종을 원하지 않는 고령자를 돌보고 있습니다. 백신 접종이 안전하다는 사실을 어떻게 확신시킬 수 있나요?

고령자에게 이 문서와 같은 COVID-19 관련 Q&A를 보여주거나, 아래 링크 중에서 특히 고령자와 관련된 질문에 답하는 링크를 보여주세요.

또한 고령자에게 COVID-19가 중대한 질환이며, 캐나다의 COVID-19 사망자 중 92%가 60세 이상의 고령자라는 점을 강조하세요.

**고령자가 COVID-19 백신을
경계하는 것은 정상적인
반응인지도 모릅니다. 하지만
백신 접종과 관련된 부작용의
잠재적 위험이 COVID-19
로 인한 사망 위험보다는 훨씬
낮다는 사실을 알게 된다면
안심할 수 있을 것입니다. 특히
지금까지 전 세계 수억 명의
고령자가 COVID-19 백신을
안전하게 접종받았다는 사실을
통해 마음을 놓을 수 있습니다..**

특정 인구 집단 관련 질문

건강 질환이 있는 고령자도 COVID-19 백신을 접종해야 하나요?

연구에 따르면 건강 질환이 있는 성인은 COVID-19 감염 시 심각한 결과로 이어질 위험이 더 높은 것은 물론, 앓고 있는 질환의 수가 많을수록 위험도 증가하는 것으로 나타났습니다.

따라서 아래에 나열된 질환을 앓고 있는 경우 백신을 접종받는 것이 특히 중요합니다. 다음 질환(캐나다의 Public Health Agency of Canada에서 지정) 중 하나 이상을 앓고 있는 경우, 백신 접종에 대해 담당 의료 서비스 제공자와 상담하세요.

- 암
- 뇌혈관 질환
- 만성 신질환
- 특정 만성 간질환
- 특정 만성 폐질환
- 낭포성 섬유증
- 당뇨병(제1형 및 제2형)
- 장애
- 심장 질환
- HIV 감염
- 특정 정신 건강 장애
- 비만
- 원발성 면역 결핍 질환
- 흡연(현재 또는 이전)
- 고형장기 또는 혈액 줄기세포 이식
- 결핵
- 코르티코스테로이드 또는 기타 면역 억제제 사용

건강 질환이 있는 고령자가 COVID-19 백신을 접종받아도 안전한가요?

일반적으로, 건강 질환이 있는 개인도 COVID-19 백신을 안전하게 접종받을 수 있습니다.

그러나 출혈 장애가 있거나 혈액 희석제를 복용 중인 경우, 백신 접종 후 출혈, 멍 또는 혈종(피부 아래에 피가 고이는 현상)이 발생할 위험을 완화하기 위해 담당 의료 서비스 제공자에게 알려야 합니다. 또한 건강 질환이 있거나 약물을 복용 중인 성인의 경우 부작용을 피하고 백신을 적절하게 사용하기 위해 담당 의료 서비스 제공자에게 알려야 합니다.

알레르기가 있는 경우 COVID-19 백신을 접종해야 하나요?

COVID-19 백신과 관련이 있는지 여부에 관계없이, 알레르기가 있는 경우 담당 의료 서비스 제공자와 COVID-19 백신 접종에 대해 논의해야 합니다. COVID-19 백신을 접종할 것을 권고받은 개인의 경우, 알레르기 유형에 따라 접종 후 관찰 시간이 달라질 수 있습니다(15분~최소 30분).

이전에 COVID-19 백신 접종 후 경증~ 중등도의 알레르기 반응을 보인 경우라도 담당 의료 서비스 제공자와 추가로 논의하는 것이 좋습니다. 추가 접종을 받아도 될 가능성이 있습니다.

**면역 손상 고령자가
COVID-19 백신을 접종받아
도 안전한가요?**

**면역 손상 환자나 면역 체계가
약화된 환자의 경우 COVID-19로
인해 심각한 증상이 나타나거나
사망할 위험이 증가하는
경향이 있습니다.**

여기에는 암 및 HIV를 앓고 있는 고령자, 이식 수혜자, 특정 의학적 질환을 치료하기 위해 스테로이드 또는 일부 감염에 맞서는 신체 능력을 저하시키는 기타 약물(면역 억제제)을 복용하는 고령자가 포함될 수 있습니다.

면역 손상 환자의 경우 COVID-19 감염으로 인해 심각한 증상이 나타나거나 사망할 위험이 높으므로, 확실한 금기증이 없다면 COVID-19 백신을 접종받아야 합니다.

현재 승인된 백신 중에는 생바이러스가 포함된 백신이 없기 때문에, 백신 접종으로 인해 실제 바이러스에 감염될 위험은 없습니다.

면역 손상 성인이 COVID-19 백신을 접종받아야 한다는 것은 이들의 경우 1차 접종 시 4~8주 간격으로 2~3회 접종하는 것을 권장한다는 점에서 분명히 확인할 수 있습니다. 면역 기능이 정상인 성인의 경우 1차 접종 시 8주 간격으로 1~2회만 접종할 것을 권장합니다. 면역 손상 개인에 대한 NACI 권고 사항의 요약은 아래 표를 확인하십시오.

전반적으로, 양호하게 통제되는 면역 장애를 지닌 캐나다 고령자의 경우 의료 전문가들은 COVID-19 백신이 가져다주는 긍정적인 이점이 거의 항상 모든 위험을 능가하며 백신 접종을 권장한다고 강조합니다.

또한, 본인의 전반적인 의학적 상황을 잘 알고 있는 담당 의사와 상의해 항상 이러한 백신의 안전성 및 효과에 관한 최신 정보와 조언을 확인하는 것이 좋습니다.

면역 손상 개인에 대한 NACI 권고 사항의 요약

XBB.1.5 비함유 COVID-19 백신 접종 횟수	권고하는 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신 접종 횟수	신규 접종 권고 시점
0회	2회	지금 바로 접종 가능 최근 COVID-19에 감염된 경우 4~8주간 기다렸다가 접종받는 것이 좋음 이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 4~8주간 기다렸다가 2회차 접종
1회	2회	이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 4~8주간 기다렸다가 접종
2회	1회	이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 4~8주간 기다렸다가 접종
3회 이상	1회	이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 6개월간 기다렸다가 접종**

* Comirnaty® Omicron XBB.1.5(Pfizer-BioNTech) 또는 Spikevax® XBB.1.5(Moderna).

** 더 짧은 간격(예: 3개월~<6개월)을 둔다고 해서 안전성 위험이 생기는 것으로 밝혀지지 않았습니다.

업데이트: 2024년 봄부터 NACI는 면역 손상 환자의 경우 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신을 추가로 접종받을 것을 권고합니다. 이전 COVID-19 백신 접종 또는 감염 이후 6개월 이상 지난 경우 추가로 접종받을 수 있습니다.

치매를 앓고 있는 고령자가 COVID-19 백신을 접종받아도 안전하며, 백신 접종이 권장되나요?

노화는 치매의 가장 큰 위험 요소입니다. 치매 환자는 하나 이상의 다른 만성 질환을 앓고 있는 경우가 많으며, 치매를 앓고 있지 않은 사람에 비해 COVID-19에 감염되고, 심각한 증상이 발생하고, 사망할 위험이 훨씬 더 큰 것으로 나타났습니다.

치매를 앓고 있는 경우 물리적 거리 두기, 다른 사람 앞에서 마스크 착용 등의 권장 공중 보건 조치를 기억하고 이해하는 데 어려움이 있을 수 있으며, 이로 인해 COVID-19에 감염될 위험이 매우 높아집니다. 그렇게 때문에 Public Health Agency of Canada, 캐나다의 여러 의료 및 간호 협회, Alzheimer Society of Canada 는 치매 환자를 포함한 모든 캐나다 고령자에게 가능하다면 백신을 접종할 것을 권장합니다.

며칠 동안 지속될 수 있는 팔의 통증, 두통, 근육통, 피로, 발열 또는 설사 등 COVID-19 백신과 관련된 적은 수의 부작용 중 일부가 치매에 걸린 환자에게 혼란을 가중시킬 수 있다는 우려도 있습니다. 하지만 이러한 백신 접종 후 부작용은 일반적으로 아세트아미노펜 또는 기타 치료법을 통해 양호하게 관리할 수 있습니다.

현재 전 세계 수백만 명의 치매 고령자가 COVID-19 백신을 안전하게 접종받았으며, 의료 전문가들은 COVID-19 백신이 가져다주는 긍정적인 이점이 거의 항상 모든 위험을 능가하며 특히 치매 환자의 경우 백신 접종을 권장한다고 계속해서 강조합니다.

인종 차별을 받는 공동체의 일원이며, COVID-19 백신 접종을 망설이고 있습니다. 백신이 나에게 안전한지 어떻게 알 수 있나요?

인종 차별을 받는 개인, 특히 흑인 및 캐나다 원주민이라면 백신 접종을 망설이는 것은 어쩌면 당연할지도 모릅니다. 체계적인 인종 차별의 피해자인 것은 물론, 캐나다 의료 서비스 시스템에 대한 오래된 불신 또한 존재하기 때문입니다. 그러나 캐나다의 유색인종은 사회적, 경제적, 보건 관련 불균형으로 인해 COVID-19로 인한 영향 또한 불균형적으로 크게 받아 왔으며, 백신을 접종하면 이 바이러스에 대한 가장 높은 수준의 예방 효과를 얻을 수 있습니다.

또한 Pfizer-BioNTech 및 Moderna는 해당 백신의 효능이 연령, 인종 및 민족, 성별 인구 통계 전반에 걸쳐 일관적이라고 밝혔습니다.

COVID-19 백신에 대한 오해 폭로

백신을 접종하면 COVID-19에 감염되나요?

현재 캐나다 국민이 이용할 수 있는 COVID-19 백신은 COVID-19를 감염시킬 수도 없고, 이를 통해 COVID-19에 감염되지도 않습니다. 요컨대, 모든 백신에는 레시피가 적힌 카드가 있습니다. 이를 통해 신체가 실제 COVID-19 바이러스에 존재하는 단백질과 비슷하지만 무해한 스파이크 단백질을 만들어, 신체가 바이러스를 인지하고 싸워 몰아낼 수 있도록 지원합니다.

COVID-19 백신에는 실제 COVID-19 바이러스가 포함되어 있지 않으므로, 백신으로 인해 COVID-19에 감염되지는 않습니다. COVID-19 백신의 핵심인 합성 DNA와 mRNA 또한 체내에 들어가면 빠르게 분해됩니다.

COVID-19 백신은 비인두(비강) PCR 검사 또는 신속 항원 검사(RAT) 양성 반응을 일으키지 않습니다. RAT 또는 PCR 테스트에서 COVID-19 양성 반응이 나온 경우 COVID-19에 감염된 것이며, 백신과는 관련이 없습니다.

백신에 포함된 물질이 해롭다고 들었습니다. 사실인가요?

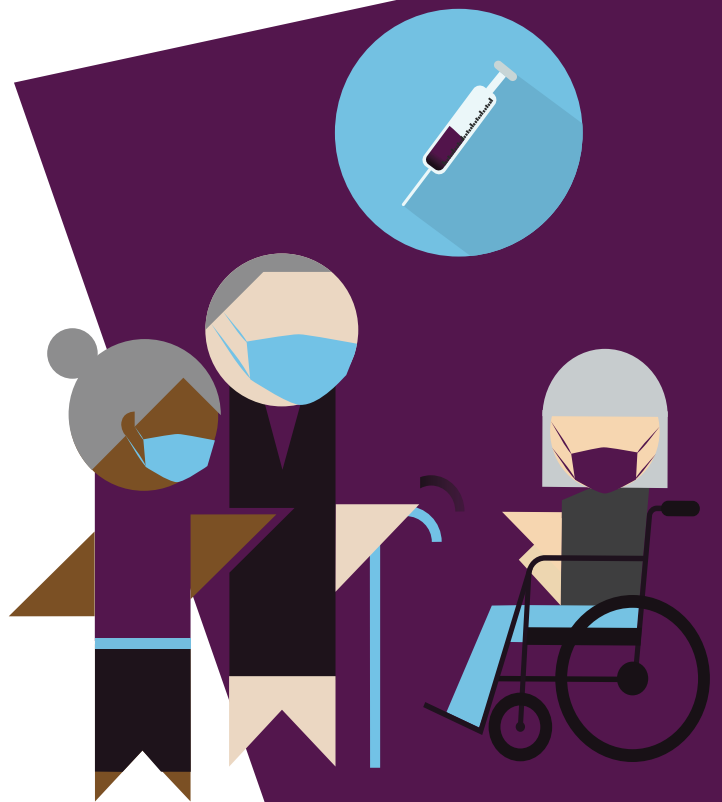
본 팸플릿의 앞부분에서 언급했듯이, Pfizer-BioNTech 백신과 Moderna 백신에는 mRNA가 포함되어 있는 반면 Novavax 백신에는 SARS-CoV-2 재조합 스파이크 단백질과 보조제인 Matrix-M이 포함되어 있습니다. 승인된 COVID-19 백신의 다른 성분은 지방, 소금, 소량의 설탕 등 일반적인 백신의 성분과 동일합니다. 이러한 백신에는 생바이러스가 포함되어 있지 않으며, 신체의 DNA와 상호 작용하지 않습니다.

승인된 모든 COVID-19 백신에는 젤라틴 또는 동물성 물질이 포함되어 있지 않습니다. Pfizer-BioNTech, Moderna, Novavax 백신은 태아 세포주를 사용하여 개발되지 않았습니다. 이러한 백신 중 그 어떤 백신에도 태아 조직 또는 세포가 포함되어 있지 않습니다. 현재 승인된 백신에는 라텍스 및 식품 단백질(예: 계란, 글루텐, 견과류 또는 그 부산물)과 같은 일반적인 알레르기 유발 항원이 포함되어 있지 않습니다. 백신에는 금속, 임플란트, 마이크로칩 또는 추적 장치와 같은 물질이 포함되어 있지 않습니다.

COVID-19 백신 접종 후 심근염/심낭염에 걸릴 수 있다고 들었습니다. 사실인가요?

현재 이용 가능한 COVID-19 백신을 통해 심근염(심장 근육의 염증 또는 부종/발적) 및/또는 심낭염(심장 외부 내막의 염증 또는 부종/발적)에 걸릴 위험은 매우 낮습니다. 대부분의 증상은 표준 치료를 진행하고 휴식을 취하면 빠르게 해결됩니다. 또한 Pfizer-BioNTech 백신과 Moderna 백신의 경우 해당 증례는 청소년층과 젊은 성인층에서 두드러지게 발생한 것으로 밝혀졌습니다. 심근염은 COVID-19 감염으로 인해 발생할 수도 있다는 것을 고려해야 합니다.

이전에 COVID-19 백신 접종으로 인해 심근염 또는 심낭염이 발생한 적이 있더라도, 담당 의료 서비스 제공자와 먼저 논의하시기 바랍니다. 추가 백신 접종을 받아도 될 가능성이 있습니다.



기타 질문

캐나다에서는 얼마나 많은 고령자가 백신을 접종했나요?

2023년 12월 초에 60세 이상 캐나다 국민(앨버타주 제외)의 94%가 COVID-19 백신을 1회 이상 접종했습니다. 그러나, 캐나다 고령자 중 38%만이 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신 접종을 받았습니다. 이는 대부분의 캐나다 고령자가 XBB.1.5 함유 mRNA COVID-19 백신 접종의 잠재적 대상임을 나타냅니다. 이 백신은 현재 유행하는 COVID-19 균주에 대한 더욱 강력한 면역 반응을 제공할 것으로 예상되며, 마지막 백신 접종 또는 감염 이후 감소했을 수 있는 감염, 증상, 중증 질병에 대한 예방 효과도 개선할 것입니다.

COVID-19 백신 접종 기록은 어떻게 확인할 수 있나요?

COVID-19 백신 접종 기록을 확인하는 방법에는 여러 가지가 있습니다. 온라인을 통해 확인하려면 다음 지침을 따르세요.

1. 다음 웹사이트 링크를 클릭합니다. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>
2. 해당하는 주/준주 칸을 클릭합니다.
3. 녹색 버튼을 클릭하면 관할 홈페이지로 이동합니다.
4. COVID-19 백신 접종 증명서를 받는 데 필요한 정보를 입력합니다.

전화를 통해 확인하려면 다음 지침을 따르세요.

1. COVID-19 백신 접종 기록은 담당 의료 서비스 제공자가 보유하고 있으므로, 해당 의료 서비스 제공자에게 문의합니다.
2. 백신 접종 기록을 확인할 수 없는 경우, 담당 의료 서비스 제공자에게 이를 확인할 수 있는 다른 방법을 문의합니다.

3~6개월마다 백신을 계속 접종해야 하나요?

현재 COVID-19 감염의 연간 패턴, 백신 및/또는 감염으로부터의 면역 보호 기간, 향후 백신의 영향은 확실하지 않습니다. 이러한 주제와 관련된 더 많은 연구와 데이터가 공개됨에 따라, NACI는 캐나다 국민을 대상으로 백신 접종 간격에 대한 추가 권장 사항을 제공할 예정입니다.

그러나 개인은 이러한 결정이 내려질 때까지 기다리지 말고 지금 당장 백신 접종을 받아야 합니다.

내가 접종받아야 하는 기타 백신이 있나요?

다음은 캐나다의 고령자에게 승인 및/또는 권장되는 다섯 가지 기타 백신입니다.

백신으로 예방할 수 있는 질병	백신 접종 기간
인플루엔자(독감)	매년 1회 접종
호흡기 세포융합 바이러스(RSV)	1회 접종
폐렴구균 질환 (폐렴)	1회 접종
대상포진	2회 접종
파상풍 및 디프테리아	10년마다 1회 접종

대부분의 권장되는 백신은 동시에 접종할 수 있습니다. 권장 백신 접종 상태를 최신 상태로 유지하는 것은 담당 의료 서비스 제공자와 상담하세요.

이러한 백신으로 예방할 수 있는 질환, 국가 백신 권장 사항, 비용 및 이용 가능 여부에 대해 자세히 알아보려면 다음 팸플릿 링크를 클릭하세요.

- [캐나다 고령자를 위한 백신 가이드 팸플릿](#)

기타 유용한 자료

- [World Health Organization – COVID-19 vaccines and vaccine safety](#)
- [Public Health Agency of Canada - COVID-19: Resources for seniors and their caregivers](#)
- [Unambiguous Science](#)
- [Johns Hopkins Medicine - COVID-19 Vaccines: Myth Versus Fact](#)

NIA에 대해 자세히 알아보려면 웹사이트
www.NIAgeing.ca 를 방문하고, Twitter
에서 @NIAgeing 을 팔로우하세요.