

医療法人社団三思会ひかりクリニック
群馬県伊勢崎市間野谷町1114番地
[TEL] 0270-20-2525
[ホームページ] <http://www.hikari-cl.jp>
平成26年12月01日発行:編集委員会

平成 26 年 12 月号



= つっちー & ゆっきー 通信 = = インフルエンザについて =

院長 土田晃靖

今年はインフルエンザ流行が1か月程早まっております。伊勢崎は群馬県2番目に発症が多いとの事ですので、今回はインフルエンザについてお話ししましょう。

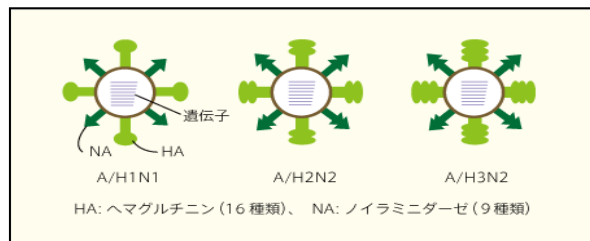
インフルエンザはA、B、Cの型があり、「流行」を起こすのはA型とB型、[大流行](#)はA型です。

A型ウイルスの亜型は、ウイルス粒子表面にあるHA（ヘマグルチニン、16種類ある）とNA（ノイラミニダーゼ、9種類ある）組み合わせの違いでA/H2N2（Aアジア型）、A/H3N2（A香港型）と、HとNの番号を使って表す。

・流行前：インフルエンザワクチンを接種（A型インフルエンザウイルスの亜型（イメージ））

インフルエンザウイルスは常に構造に変化が生じ（変異）ます。日本国内のワクチンは「不活化ワクチン」です。日本国内の2013～2014シーズンのインフルエンザワクチンは、A/H1N12009とA香港型、B型の3株が入り、現行の皮下接種ワクチンは感染予防より重症化の防止に重点が置かれ、健康な成人でも感染防御レベルの免疫を獲得できる割合は70%弱。感染防御レベルの免疫を得られなかった者の中で発症しても

重症化しないレベルの免疫を獲得している割合は80%程度とされてます。循環器、肝臓、腎疾患などの基礎疾患を有するもの、痙攣起こした者、気管支喘息患者、免疫不全患者などは接種に注意が必要ですがインフルエンザ罹患時に重症化するリスクの大きい患者であり、予防接種のメリットがリスクよりも大きいと考えます。インフルエンザワクチンは不活化ワクチンで、免疫不全患者に接種しても感染を起こす心配はありません。しかし、効果が落ちる可能性はあります。



・インフルエンザが流行したら

- ①人込みや繁華街への外出を控える
- ②外出時にはマスクを利用
- ③室内では加湿器などを使用して適度な湿度に保つ

インフルエンザは、罹患した人の咳、くしゃみ、つばなどの飛沫（ひまつ）と共に放出されたインフルエンザウイルスを、のどや鼻から吸い込むことによって感染（飛沫感染）します。更に空気が乾燥すると、かかりやすいので外出時マスク用、室内は加湿器で適度な湿度（50～60%）を保つ必要があります。更に十分な休養、バランスの良い食事、手洗いの励行と帰宅時のうがい、手洗い予防のためにお勧めします。

当院ではインフルエンザが疑われた場合に「迅速診断キット」を使い、鼻からの拭い液（ぬぐいえき）（検体）を取って、インフルエンザウイルスがいるかどうかを調べます。A型とB型のどちらも検査、15分以内で結果を得ることができます。患者さんで38℃程の発熱ある場合は院内に入る前に院外ブザーで職員呼んでもらい、院内入られる前に急速診断で確認させて頂いています。発症直後に検査した場合などでは検体の中にあるインフルエンザウイルスの量が少ないために、感染していても陰性になる場合があります。また、流行状況や検査のやり方などの影響で検査陽性であっても実はインフルエンザではない場合もあります。

インフルエンザウイルス自体に対する治療として[抗ウイルス薬](#)が存在しますが、多くの場合発症後早期（約48時間以内）に使用しなければ効果ありません。

[NA（ノイラミターゼ）阻害剤](#)：A型、B型双方に効果。

[ザナミビル（リレンザ）](#)：吸入薬（[グラクソ・スミスクライン](#)）

[オセルタミビル（タミフル）](#)：経口薬（[ロシュ/中外製薬](#)）

[ペラミビル（ラピアクタ）](#)：注射薬（[バイオクリスト](#)開発、日本では[塩野義製薬](#)）

[ラニナミビル（イナビル）](#)：吸入薬（[第一三共](#)）

[アマンタジン（シンメトレル）](#)：経口薬。1964年にA型インフルエンザに効果があることが発見され、日本では当初[パーキンソン病](#)の治療薬として承認され、1998年にインフルエンザに対しても承認。現在は、[ジエネリック医薬品](#)もあり価格が安かったのですが、2005年の鳥インフルエンザの際に、中国で政府が大量に配布したアマンタジンを“予防として”鶏の餌に混ぜる行為が行われた結果、耐性ウイルスが発生し、インフルエンザ治療薬としては選択肢に加えることができない状況にあります。[英国国立医療技術評価機構](#)はアマンタジンをインフルエンザの治療に推奨していません。 文責 土田晃靖

= 管理栄養士だより =

= お正月のおせち料理特集 =



管理栄養士 尾池

◇伊達巻 100g (幅1.5cm 3切れ)	エネルギー 196kcal	リン 120mg	カリウム 110mg
◇なます (大根50g 人参5g)	エネルギー 31kcal	リン 27mg	カリウム 129mg
◇栗きんとん (栗甘露煮50g さつまいも125g)	エネルギー 390kcal	リン 71mg	カリウム 625mg
◇田作り100g	エネルギー 336kcal	リン2300mg	カリウム1600mg
◇かまぼこ100g (幅1cm 7切れ)	エネルギー 95kcal	リン 60mg	カリウム 110mg
◇昆布巻き100g	エネルギー 84kcal	リン 120mg	カリウム 770mg
◇かずのこ100g	エネルギー 89kcal	リン 94mg	カリウム 2mg
◇黒豆100g	エネルギー 324kcal	リン 290mg	カリウム 950mg

= 絵画3点の寄付を頂きました =



左 <正面玄関>
「安曇野早春」F100
第44回神奈川旺玄展出品作品2004



上 <透析ロビー>
「盛衰 - 足尾銅山」F130
第65回旺玄展出品作品1999



右 <院長室>
「足尾一歳月」F100
旺玄会受賞作家選抜展出品作品

= 絵画寄贈の作者について =

平成26年10月、みどり市大間々町在住の高橋 孝様より、油絵をひかりクリニックに寄贈したいと申し出があり、土田院長はありがたく承諾致しました。

寄贈者 高橋 孝 様 (日本美術家連盟会員)

旺玄会会員として「足尾銅山」をテーマに毎年作品を発表し、新人賞を含め受賞8回、神奈川県厚木市にて、日展渡辺啓輔・佐藤哲・一水会日高芳正の諸先生と「厚展」を立ち上げ審査員を歴任。2006年みどり市赤城ロマンドに転居し、三越桐生店にて個展2回、2011年5月大間々図書館主催の文芸講演会及び作品展が開催された。

= 新しいスタッフ紹介 =

六本木 美恵

平成26年11月16日入職 (准看護師)



【外来担当医師】		月	火	水	木	金	土	日
午前	9:00~12:00	土田	土田	魚住	土田	阿部	土田/阿部 (注)	休診
午後	3:30~5:30	阿部	休診	魚住	休診	土田	休診	

※休診日：日曜日・祝日・年末年始(12月30日~1月3日)および火、木、土曜日の午後

※(注)土曜日の午前は、第1・3/阿部・第2・4・5/土田

※諸事情により、変更となる場合がありますのでご了承下さい。