

ホームドクター通信

当院からのお知らせ

10月になりました。祭りも終わり、秋の深まりを感じます。今年も残すところあと2カ月ちょっと。時の経つのは本当に早いです。寒暖の差が大きいので、体調を崩されませんよう。

スティーブ ジョブス
 今月私にとっての大ニュースはアップル創業者スティーブジョブス逝去でした。アップルCEO退任のニュースにもショックを受けていましたが、まだアップル社にとどまっていたため、今後も新製品には関わってくれるだろう、という期待をしていました。訪問診療中の車の中で、アップルのホームページをみてそのニュースを知りました。膵癌手術後、肝移植を受けられていたというのは知っていましたが、そんなに悪かったということは知りませんでした。ひとつの時代が終わったような印象を受けています。私がMac(アップル社製のパソコン、マッキントッシュのことです)を初めてみたのは平成元年・大学研究室勤務のときでした。それまで、PC-9801という国産のパソコンを使っていて、それなりに使いこなして満足はしていたのですが、Macのデモを見て、その使いやすさ、圧倒的な美しさ(モノクロでしたが)に衝撃を受けました。すぐにSE-30という機種を買い、メイン機種として使うようになりました。使っていてわくわくするパソコンで驚きの連続でした。それ以来Macの信奉者です。開業してもMacを使っていましたが、電子カルテでMac対応のいいものがなかったため、やむなくウィンドウズパソコンを購入しました。今でもプライベートはMac、診療はWindowsで続けています。iPod、MacBook Air、Pad、iPhoneも本当によくできており、その細部にまでこだわったもの作りは感動的でいつも驚きを感じていました。今、スティーブジョブスの伝記を読んでいます。強烈なキャラクターで劇的な人生を歩み、前人未到の業績を上げた人物ですが、実際のところはどうか。そのアイデアと妥協を許さない製品を作り込んでいくまでにどのような仕事ぶりだったのか。ボールに包まれた私生活は?アップルの今後はどうな

るのか、..
 ジョブス死去と前後して発表されたPhone4S。5になったら買おうかな、と思っていましたが、4Sはfor Steve とのこと、という噂が流れています。追悼の意味で買ってみようかなと考えています。ご冥福をお祈りします。

インフルエンザ予防接種しています

10月1日よりインフルエンザ予防接種を行っています。1回3500円、2回目は2500円、忠岡町在住の65歳以上の方は1000円です。今年からWHO推奨を受けて、3歳以上13歳未満は成人量と同じ0.5mlの2回打ちに変更になっています。13歳以上は0.5ml接種、1回または2回となっています。インフルエンザワクチンは打てば必ず発症がおさえられるというワクチンではありません。その役割はかかりにくくすること、かかっても免疫があるために重症化しないこと。死亡者や重症者を出る限り減らすことが期待されています。ワクチンの予防効果持続期間はおよそ5カ月と推定されています。ワクチンの接種を受けていても、日頃から手洗い・うがいをきちんと行い、流行時期は人ごみをさけて感染機会を減らすことはとても大事です。

子宮頸がんワクチン、肺炎球菌ワクチン、Hibワクチンも引き続き受け付けています。予約制です。

今年度年末・年始休暇のお知らせ

12月30日(金)～1月3日(火)まで休診させていただきます。予約診療がこの期間にあたる方は診療予約、薬の処方日数など変更させていただきます。こちらでも気をつけますが、定期薬服用中の方は休みに中に薬が無くなるということのないようお願いいたします。

御迷惑をおかけして申し訳ありませんが、よろしく申し上げます。

アネトス通信

だんじり祭りが終わり、秋が深まっていることを感じています。去年に続き、琴和会の皆さんが大正琴を聴かせてくださることが決定しました。
 日時 10月27日(木)
 午後2時～午後3時まで
 場所 府営住宅忠岡東第一住宅集会場
 演奏曲など詳しいことは、

アネトスに掲示しています。(プログラムも用意しています。)アネトスの利用者やご家族さんと一緒に楽しみにしています。イベントは、出かける喜び、音楽を聴く喜び、参加する喜び、待つ喜びなど、単調な生活に張りを与えてくれ、心をときめかせてくれるでしょう。

次号で鑑賞後の報告をさせていただきます。今年も後2ヶ月ちょっとですね、やり残しがないように、充実した日を送りたいと思います。



特集：RSウイルス

最近のニュースやテレビ番組で、乳幼児に気管支炎や肺炎などを起こす「RSウイルス感染症」が流行していると報道されています。国立感染症研究所によると、調査データがある2004年以降、9月-10月の患者数としては最多となりました。だれもが子どもの頃にひいたことのある冬の「かぜ」ですが、喘息のような苦しそうな咳と喘鳴（ぜんめい・ぜいぜいすること）が特徴で、治りにくいため長期にわたって症状が続きます。

日本では、例年は秋から冬に流行しますが、今年は6月下旬から患者が増え始めたとのこと。ありふれた冬の風邪ですが、最近当院でも子供からうつったという保護者（成人）が、RSウイルス感染症と考えられるケースがあり（臨床症状のみで確認はしていませんが）、結構ひどい咳が続いていました。ちょっと注意が必要かなと思って調べてみました。

RSウイルス感染症は1歳までに50～70%以上の新生児が罹患し、その1/3が下気道疾患を起こすと報告されています。また2歳までにほとんど100%の乳幼児が一度は罹患するといわれており、3歳までにほぼ全ての小児が抗体を獲得します。

母親からの抗体では、感染を防げません。一度かかっても免疫ができにくく、くり返し感染しながら徐々に免疫を獲得します。乳幼児では下気道炎や細気管支炎を起こしやすく、乳幼児突然死症候群（SIDS）の原因の一つとも考えられています。

喘息や心疾患を持っている子どもでは特に重症化しやすく、持病の増悪につながるため注意が必要です。

またRSウイルスは感染力が強く、飛沫と接触感染の両方で感染します。潜伏期は2～5日程度です。

RSウイルスはインフルエンザなどと比べ、認知度が低いです。

ある調査で、2歳未満の赤ちゃんを持つお母

さん約1万名を対象に調べた結果、RSウイルス感染症を知っているお母さんは、約3割にとどまっていたそうです。

症状

感染後2～5日の潜伏期ののち、鼻汁、咳、発熱などの上気道症状が現れます。

3割程度の人はこのあと炎症が下気道まで波及して、気管支炎や細気管支炎、肺炎を発症し、咳の増強、呼気性の喘鳴、多呼吸などが現れてきます。

すべての患者さんの1～3%が重症化し、入院治療を受けます。

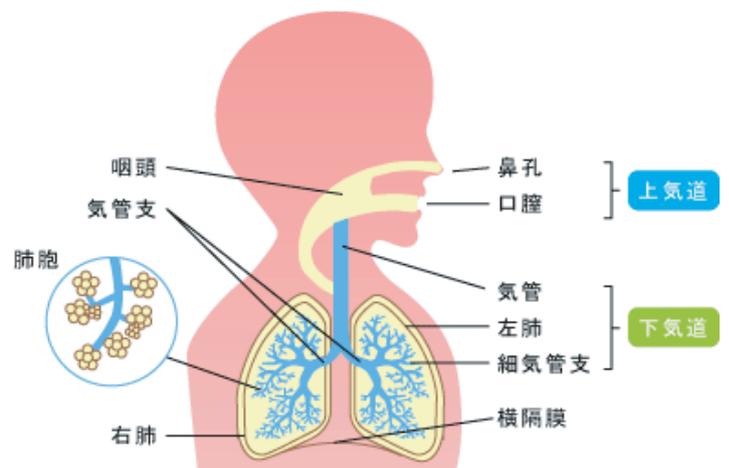
乳幼児の肺炎の約50%、細気管支炎の50～90%を占めるとの報告があり、心肺に基礎疾患がある小児は重症化しやすいとされます。通常は数日～1週間で軽快します。

新生児も感染して発症し、がんこな無呼吸を起こすことがあるので注意が必要です。

また、細気管支炎にかかったあとは、長期にわたって喘鳴を繰り返しやすいといわれています。

また、患児の面倒をみていた保護者がうつってしまい、発症することもあります。

軽くすむ場合が多いですが、重症化して、咳、喘鳴、発熱がみられることもありますので、注意が必要です。



特集：RSウイルス

検査と診断

冬季に乳児が鼻汁、咳に引き続いて「ぜいぜい」してきたような場合には、その30～40%がRSウイルス感染症によると考えられます。

インフルエンザ検査のような鼻汁材料を用いたRSウイルスの抗原検出キットが使用可能ですが、入院児のみが保険適応になります。

2011年10月17日より乳児（満1歳未満の子ども）、「パリピズマブ製剤（商品名：シナジス）の適応患者」でも、保険適応となりました。残念ながら当院ではまだおいていません。

何故、通常外来診療で検査キットが保険で使用できないのか？ちょっと謎です。

確定診断をつけても治療法がないからでしょうか？

治療の方法

他の「かぜ」と同じく、水分補給・睡眠・栄養・保温をして安静にして経過をみることとなります。つまり対症療法が主体となります。

発熱に対しては冷却とともに、アセトアミノフェン（カロナール）などの解熱薬を用います。喘鳴を伴う呼吸器症状に対しては鎮咳去痰薬や気管支拡張薬などを用います。

脱水気味になると、喀痰（かくたん）が粘って吐き出すのが困難になるので、水分の補給に努めます。細菌感染の合併が疑われる場合は抗生剤を使用します。

国内では、2001年にパリピズマブ（製品名：シナジスR筋注用）という抗RSウイルスヒト化モノクローナル抗体が、RSウイルス感染による重篤な呼吸器疾患の発症を抑える薬剤として使用できるようになりました。

ただ、RSウイルス感染者全員にこの薬が打てるわけではなく、早産児や呼吸器や先天的に心臓の病気をもつ赤ちゃんなど、特に重症化しやすい乳幼児に保険適応があり投与されています。

この注射薬は、RSウイルスが流行している期間、月1回の注射を継続しておこないます。

通常1～2週間で軽快します。

RSウイルスにかかってしまった場合の登園許可ですが、平成21年8月に記載の保育所における感染症対策ガイドライン（厚生労働省）によると、感染期間は通常3～8日間（乳児では3～4週）当園の基準は「重篤な呼吸器症状が消失し全身状態が良いこと」となっています。



【RSウイルスの予防は？】

RSウイルスなど感染症から子供を守るには、何よりも予防が肝心。RSウイルスは非常に感染力が強く、ウイルスがおもちゃなどに付着してから4～7時間は感染力を持っているといえます。

日ごろから外出の後や調理・食事の前、鼻をかんだ後などは石鹸でよく手を洗いましょう。

RSウイルスが流行する秋から春の季節には、子供を人ごみに連れて行かない配慮も必要です。RSウイルスは目や鼻、口の粘膜から感染します。乳児・幼児は手近においてあるものを何でも口に入れたがりますから、家庭内にかぜをひいている人がいるときは、アルコールティッシュなどで赤ちゃんの周りのものをこまめに消毒しましょう。

また、風邪をひいている大人は、マスクをつけて唾液や鼻水が飛び散らないように気をつけることも大切です。

RSウイルスに感染すると、大人は軽い風邪ですら、はじめて感染する子供は炎症が下気道にすすみ、まれに肺炎や重症な気管支炎になることがあります。

保護者が風邪をひいたら、たとえ軽くても油断せずに、手洗いや消毒を徹底してください。





かかりつけ患者さん募集中



最近の医療は病気の診療だけではなく、病気の予防、早期発見、初期治療に重点が置かれています。

そのためには、「かかりつけ医」として日常的に気軽に診療や健康診断を受けることができる医院を目指すことが大切だと考えます。

当院では「かかりつけ患者」として下記に同意していただける方を募集しています。興味ございましたらスタッフまでお尋ねください。

何をしてくれるの？

●慢性疾患に対しては診療ガイドラインに沿った一般的な指導・治療を行います。

うまく管理できないときは専門医紹介し、治療方針をたてています。

●頻回に診させていただくことにより、重大な疾病の早期発見に努めます。

●何でも気軽に相談できる雰囲気づくりに努めます。

●守秘義務は守りますが、かかりつけ患者さんの情報をできるだけ把握する様努めます。

●診療内容はわかりやすく説明しますが、その他に診療ノート（私のカルテ）を発行します。

●急変時・救急受診が必要な際には当院に連絡下さい。搬送先への連絡・紹介状の用意を速やかに行います。24時間対応です。

●他院受診が必要な場合は患者さんに最も適した病院を紹介します。紹介先確保のための情報収集はいつもしております。

かかりつけ患者になるには？

慢性疾患をお持ちで、月に一度は当院に定期的に受診される方のうち、下記の項目に同意していただける方です。

- 現在他の内科診療所に定期受診されていないこと（病院の専門科・専門科の診療所受診は除く）
- 他院受診のデータを当院で管理させて下さること
- 既往歴、家族歴などあらゆる情報を当院に教えていただけること（他に 職業歴・予防接種歴・生活パターン・家族構成・趣味・嗜好・服用薬・服用健康食品・受診病院・整骨院などの施設受診など）
- 主治医意見書を当院で作成すること
- 他の病院、診療所を受診される場合、当院の紹介状を持参して下さること
- 身体で何か異常が起こればまず当院に相談して下さること。

以上を納得され、書面にサインしていただける方を当院のかかりつけ患者として登録させていただきます。

現在のところ、何かあれば当院に受診される方、住民検診などを当院で受ける方はかかりつけ患者の範疇にはいません。風邪をひいたら、今回はあそこの診療所、次回は〇〇病院という方もご遠慮いただいています。

かかりつけ患者になって総合的に管理してほしいと思われた方がいらっしゃいましたらお気軽にスタッフまでお声をおかけ下さい。

編集後記

当院からの情報、お知らせをメールで患者の皆様にお送りしようと考えています。

ご希望の方は info@majima-clinic.jp まで登録可能なメールをお送りください。

また受付でも随時、皆様のメールアドレス(携帯でもPCでも)をお伺いしていきますので、当院からのお知らせを受け取ってもいい、という方は是非ご登録ください。

2011年10月 No.71

ホームドクター通信

発行責任者 院長 真嶋敏光

編集者 崎山 エリカ

医療法人 真嶋医院

大阪府泉北郡忠岡町忠岡東 1-15-17

TEL 0725-32-2481 FAX 0725-32-2753

Email info@majima-clinic.jp

HP <http://www.majima-clinic.jp>