

# ホームドクター通信

## 当院からのお知らせ

4月になりました。

現在、4月下旬でゴールデンウィーク突入前に書いています。もう4月も終わり。

今年も3分の1が過ぎたこととなります。時のたつのは早いです。今年は例年に比べ、桜の咲くのが少し早かったようです。大阪では大体3月30日くらいが満開でした。寒い日が多くて、花見も寒かったのではないのでしょうか。

3月30日休みを頂いて、松山の在宅医学会に参加してきました。丁度桜が満開の時期で、当院の職員は松山城の桜を満喫しましたが、私は学会会場にずっといたため、松山城は行けませんでした。かわりに丁度お会いした先輩と在宅医学会会場周囲の公園の花見をしながら、宿まで帰りました。

陽春の候とはいえ（現在4月下旬）、まだ寒い日があったりで天候は不順です。

インフルエンザは全国的にほぼ終息しています。

しかし、まだ散見されます。

新型インフルエンザは3年前夏から秋に流行しましたので、また時ならぬ流行があるかもしれません。

また、中国では新しい鳥インフルエンザが発症したという報告もあります。

手洗い、うがい、咳エチケットは習慣にしましょう。マスクは夏は少し暑いかもしれませんが。

今年の花粉は昨年と比べると量は多いようです。

花粉症の方にはつらい時期ですが、花粉ブロック・自分にあった薬で凌いでください。

住民健診は今年は5月20日より開始されます。今回特定健診の自己負担費用は昨年度までの1000円から500円に値下げされるとのこと。忠岡町在住の方、是非健診受けて下さい。

予防接種は今まで、四種混合（三種混合+ポリオ）、麻疹・風疹（MR）、二種混合（ジフテリア、破傷風）、日本脳炎が定期接種でした。

今年度から、ヒブ、肺炎球菌（小児用）、子宮頸がんが定期接種に加わります。

対象年齢など詳しくは忠岡町の広報に同封される26年度すこやか便りをご覧ください。

忠岡町在住の70歳以上の方の肺炎球菌ワクチン接種は引き続き3500円でしています。

効果はあると思いますので、是非。

4月21日のハーフマラソンで、今シーズンの私のマラソン大会参加は終了しました。また、大阪マラソン、神戸マラソンの申し込みが始まり、エントリーはしました。でもまた倍率高そうです。

近隣のサービス付き高齢者住宅の管理医師になりました。当院が在宅医療を提供します。

和泉しんのう庵、忠岡ユアサイドの2か所です。

待合室にパンフレット置いています。

入居御希望の方がいらっしゃいましたら、当院スタッフまで。

## アンケート結果

今年も2月1日から2月23日まで当院のアンケートをお願いしました。160件の御回答を頂きました。

ご協力有難うございました。アンケートの項目は昨年同様、医師、看護師、事務員について、1. 挨拶・身だしなみ、2. 診療・処置、事務の内容に対する説明、3. 話を聞いているか、4. 治療・看護についての満足度、5. 総合評価の項目を、5段階（大変良い、良い、普通、悪い、非常に悪い）で記入して頂きました。また、診療所全体について、待ち時間、環境、印象、要望、他の医療機関の印象、フリーコメントの項目も記入していただきました。

結果ですが、看護師、事務については各項目80%以上の方が「よい」以上に○をつけてくださっていました。

総合評価についても事務86%、看護師91%の方が「よい」以上に○で、いい評価を頂いたようです。

医師の方は、あいさつ、言葉遣い、態度、服装、身だしなみの点で相変わらずやや低い評価です。

治療内容が満足以上が90%以上、質問・話を聞けるかで90%以上が聞いているの2点がよい以上だったのが救いでしょうか。

総合評価で1名の方に悪いと指摘されており、反省すべきところです。

また、フリーコメントでも、相変わらず声が小さい、診察終了後態度が冷たくなる等の厳しい御意見が伺えます。診療中はマスクをしていることも一因のように思います。また、できるだけ穏やかな口調で話そうと心掛けているのも高齢の方にとっては聞き取りにくいのかもかもしれません。2年前よりしようと思っているボイストレーニングについては、書籍（DVD付き）を購入してみましたが、まだ十分活用できていません。やっぱり習いに行かないとダメかなと思っているところです。全体については待ち時間の問題はまだ大きなウェイトをしめています。予約制・番号札制のシステムは崩さないまま、できるだけお待たせしないような工夫を考えていきたいと思っています。駐車場、待合室が狭い、についてはこの敷地ではどうしようもない問題で、なんとか今ある資源でよりよくする方法を考えて行きたいと思っています。事務員忙しそう、私語が気になるについても注意していきます。



# 特集：風疹

国立感染症研究所が平成25年4月23日に公表した速報値によると、今年の風疹の患者数は4月14日までに4068人に上り、昨年同期に比べ約33倍となったそうです。

同研究所によると、4月8-14日に全国で新たに495人の患者が報告されました。最も多い東京は138人、大阪108人、神奈川50人、兵庫36人と続きます。都市部から全国に拡大する傾向にあるようです。

大阪府では4月に入り風疹患者が急増、4月8-14日の1週間の患者数・108人は過去最高。平成20年の調査開始以来初めて100人を超えました。大阪府立公衆衛生研究所が4月上旬までの府内の患者を分析したところ、4分の3を男性が占め、男性は30代前半、女性は20代前半が多く、職場内での集団感染例もありました。例年、風疹のピークは春先から夏で、ゴールデンウィークで人の移動が増える時期を控え、専門家はかつてないほどの危機的状況・感染拡大を懸念しています。

## 風疹とは

風疹 (rubella) は、発熱、発疹、リンパ節腫脹を特徴とするウイルス性発疹症です。

およそ3日間の発熱、特有な発疹 (ほっしん)、目の充血、軽いせき、耳の後ろのリンパ節の腫 (は) れなどがおこるため、三日ばしかとも呼ばれています。

上気道粘膜より排泄される風疹ウイルスが飛沫を介して伝播されますが、その伝染力は麻疹、水痘よりは弱いとされています。

## 臨床症状

感染から14-21日 (平均16-18日) の潜伏期間の後、発熱、発疹、リンパ節腫脹 (耳介後部、後頭部、頸部) が出現するが、発熱は風疹患者の約半数にみられる程度である。

3徴候のいずれかを欠くものについての臨床診断は困難である。溶血性レンサ球菌による発疹、典型的ではない場合の伝染性紅斑などとの鑑別が必要になり、確定診断のために検査室診断を要することが少なくありません。

多くの場合、発疹は紅く、小さく、皮膚面よ

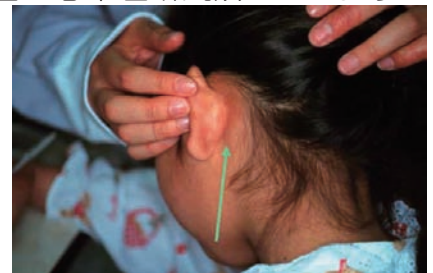
りやや隆起して全身にさらに数日間を要することがあります (写真1)。

通常色素沈着や落屑はみられませんが、発疹が強度の場合にはこれらを伴うこともあります。リンパ節は発疹の出現する数日前より腫れはじめ、3-6週間位持続します。(写真2)。

写真1. 風疹による発疹?顔面および体幹全体に見られる



写真2. 耳介後部リンパ節の腫脹が見られる  
いずれも国立感染症研究所のHPより



カタル症状 (鼻水、流涙) を伴いますが、これも麻疹に比して軽症です。ウイルスの排泄期間は発疹出現の前後約1週間とされていますが、解熱すると排泄されるウイルス量は激減し、急速に感染力は消失します。血清診断は保険適応にもなっており、一般的に用いられています。赤血球凝集抑制反応 (HI)、中和法 (NT)、補体結合法 (CF)、酵素抗体法 (ELISA) などの方法があり、以前にはHI法が主流でした。その場合、急性期と回復期の抗体価で4倍以上の上昇により診断します。

最近ではELISAが使われるようになり、急性期で特異的IgM抗体が検出されれば、単一血清での診断も可能である。

CF法は感染後比較的早期に陰性化するので、抗体保有の有無をみるための検査としては不向きであり、主にHI法が使われます。

インフルエンザのような抗ウィルス薬などの特異的治療法はなく、対症的に行う。発熱、関節炎などに対しては解熱鎮痛剤を用います。

風疹は基本的には予後良好な疾患です。



# 特集：風疹

風疹に伴う最大の問題は、妊娠前半期の妊婦の初感染により、風疹ウイルス感染が胎児におよび、先天異常を含む様々な症状を呈する先天性風疹症候群が高率に出現することにあります。これは妊娠中の感染時期により重症度、症状の発現時期が様々です。先天異常として発生するものとしては、先天性心疾患、難聴、白内障、網膜症などが挙げられます。先天異常以外に新生児期に出現する症状としては、低出生体重、血小板減少性紫斑病、溶血性貧血、間質性肺炎、髄膜脳炎などが挙げられます。また、幼児期以後に発症するものとしては、進行性風疹全脳炎、糖尿病などがある。

妊娠中の女性が風疹に罹患しておこる先天性風疹症候群予防のために、妊娠可能年齢およびそれ以前の女性に対するワクチン対策が重要です。

現在、予防接種を受けていない、風疹に対する抗体が低いご婦人が妊娠可能年齢になってきたのが問題とされています。風疹ワクチン接種制度の谷間にあたることもあったため、実際にある地区のその年代の方の（昭和54年4月から62年10月）生まれの人の約半数は、風疹の予防接種を受けていないという報告もあるのだそうです（詳細、地区など不正確な情報ですが）。平成23年度の国の調査では、20～40代の男性の15%（20代8%、30代19%、40代17%）が風しんへの抗体を持っていませんでした。一方、20～40代の女性の4%が風しんへの抗体を持っておらず、11%では感染予防には不十分である低い抗体価でした。

昨年の流行の影響で、平成24年10月から平成25年3月末までに、8人の先天性風しん症候群の患者が報告されました。

## 接種ワクチンについて

風疹の抗体価を調べ、抗体価の低い（HI16倍以下）の方は感染予防のためにワクチン接種が勧められま

す。このワクチンは妊娠可能な婦人においてはあらかじめ約1カ月避妊した後接種すること、及びワクチン接種後約2カ月間は妊娠しないように注意する必要があります。

風しんの抗体価が低い人は、麻しんの抗体価も比較的低い傾向が見られることから、風しんの予防接種を受けられる場合は、麻しん対策の観点も考慮し、麻しん風しん混合ワクチン（MRワクチン）を接種されることをお勧めしています。

風しんの単独ワクチンの需要量は例年少ないため、今年度の供給量は限られていますが、麻しん風しん混合ワクチンの供給量は十分である見通しです。

風疹の抗体価を調べる検査では、HI法が採用されていましたが、今年の流行でHI法の検査試薬が足りなくなっています。そのため、代替の検査方法（EIA法）で検査されることもあります。HI16倍以下はEIA8.0未満に相当し、8以下だとワクチン接種が勧められます。

また、既に妊娠中の女性は予防接種が受けられないため、特に流行地域においては、風疹抗体価が低い妊婦の方は、可能な限り人混みを避け、不要不急の外出を控えるようにしてください。また、妊婦の周りにいる方（妊婦の夫、子ども、その他の同居家族等）は、風しんを発症しないように予防に努めて下さい。具体的には、妊婦に既にお子さんがいらっしゃる方は、定期予防接種（自治体でしています）を子供に受けさせ、妊婦の近くにいる夫、同居家族の方も有料とはなりますが、任意での予防接種を受けることをご検討ください。抗体検査、風疹ワクチン予防接種については受付にお問い合わせください。

MRワクチン：9,000円

HI抗体検査：5,090円

## アネトス通信

地域住民の皆様、こんにちは(^\_^) お変わりなくお過ごしでしょうか？ 今年度は、例年に比べ1週間ほど早い桜になりましたが、皆様は、お花見等には行かれましたか？ アネトスでは、お花見とまでは言えませんがその日の体調をみて、外出可能な利用者様と、お散歩がてらに近くの中学校や忠岡駅の桜を見てきました。

また、今月に入り地震が所々であり、中頃には泉州でも震度4の地震がありました。阪神大震災がよみがえり、とても怖かったですね。テレビでは、今後30年以内にマグニチュード7以上の地震が発生する確率が65%以上と言われており、高い確率になっています。備えあれば憂いなしという言葉もあるように、日頃からの天災に対する備えがと

ても重要です。そして、近所の避難指定場所などの確認もおきましょう。

以前、お知らせしました今年度の福祉事業所の作品展が、5月20日（月）～5月24日（金）に決定しました。アネトスからも出展しますので、時間が許せば役場の方へ立ち寄ってみてください。



## 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

4月7日に泉大津の在宅医療のメンバーで、ソフトボールをして、終わってから花見をしよう、という企画がありました。

50人の参加予定でどうやってソフトボールしようか、考えていました。

しかし、前日生憎の雨でソフトボールは中止(グラウンドが使えなかった)のと、風も強かったので、桜はほとんど散ってしまっていました。

近くにお借りした施設で皆で弁当を食べる会になってしまった。

まそれはそれでよかったんですけど。

また、ソフトボールは企画しないといけません。

2013年4月 No.89

## 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