

あき乃だより



意外と知らない
豆知識

第73号

平成30年11月発行

日増しに朝晩が冷え込む季節になりましたがいかがお過ごしでしょうか。みなさま風邪などひかれないうちに、うがい、手洗いをしっかりしましょう。今月号では、インフルエンザ、麻しん、風しんについての豆知識を掲載しております。どうぞお役立て下さい。

<診療時間と担当医のご案内>

休診日：祝日（日曜診療も行っております。）

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~ 13:00	奥山	奥山 *2診	奥山 七海	七海	奥山 七海	奥山 小沼	辛
14:00~ 18:00	奥山	奥山	奥山 七海	休診	奥山	休診	休診

【ご予約】 当院は完全予約制です。まずはお電話でご予約をお取りください。

（042-580-1255）

【お詫び】 診察内容、状況により、お呼びする順番が前後する場合や、お待ちになる時間が長くなる場合がございます。

ご迷惑をお掛け致しますがご理解のほどお願い申し上げます。

今月の火曜午前の2診担当医 11/6・11/20（福西）
11/13・11/27（七海）

※七海：11/2（金）お休み

10～3月頃までは、体調不良の患者様が増えるため、予約が取りにくい、待ち時間が長い、待合室が混雑するなど、ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

国立駅前あき乃クリニック（診療科目 内科・糖尿病内科）

TEL：042-580-1255 ホームページ <http://www.kunitachi-dm.com>

毎年、この時期になるとインフルエンザについてのニュースが多くなりますね。予防には手洗い、インフルエンザ予防接種が有効です。

インフルエンザ予防接種をすることによりインフルエンザ発症の可能性が減り、もし発症しても重症化を防ぎます。

～インフルエンザについて～

流行時期：1月から2月が流行のピーク。ただし、4～5月まで散発的に流行することもある。

症状：高熱（38℃以上）の発熱、せき、のどの痛み、全身倦怠感、関節の痛みなどの全身症状。

<インフルエンザで重症化しやすい人>

- ◆お年寄り
- ◆お子さん
- ◆妊婦さん
- ◆慢性閉塞性肺疾患（COPD）、喘息、慢性心疾患、糖尿病といった持病のある方（持病のある方は主治医に相談しましょう。）



<インフルエンザと糖尿病>

糖尿病の患者さんは、感染症を引き起こしやすく、また感染症にかかると重症化したり、長引くことが多いと言われています。

この原因として糖尿病に特有の「免疫機能の低下」が関係しています。

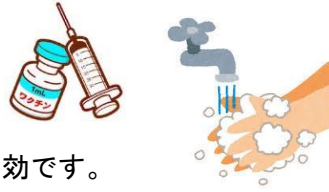
免疫機能とは、細菌やウイルスなどの病原体を倒すことにより健康を維持する機能です。

この免疫に関わる白血球には顆粒球、Bリンパ球、CD8陽性Tリンパ球、CD4陽性Tリンパ球などがあり、これらの細胞が、お互いを活性化させるシグナルを送りあって、協働して病原体を攻撃する反応が免疫反応です。

このうち、糖尿病患者さんでは顆粒球が病原体を食べる貪食機能が低下したり、高血糖により抗体機能やTリンパ球の機能が低下したりすることで、病原体に対する免疫反応が弱くなり、感染症を発症しやすくなります。

<インフルエンザ予防法>

- ① インフルエンザワクチンの予防接種
ワクチンの効果がでるのに2～3週間かかり、効果が持続する期間は5ヶ月程度とされています。
- ② 人混みや繁華街への外出を控える
- ③ 外出時にはマスクを着用
- ④ 手洗いをしっかりする。アルコール消毒も有効です。



インフルエンザの予防接種（予約制）

市の助成対象の方（詳細は当院、または各市にお問い合わせください）
国立市・国分寺市・その他近隣の市に在住の対象の方
接種開始しております。お早めにご連絡ください。

一般のインフルエンザ（自費） 1回 3500円
11/1～接種開始予定（当院ホームページご確認ください）
※高校生以上の方が対象。
※未成年の方は保護者様同伴、または同意書が必要です。

～麻疹（はしか）・風しん～

<麻疹（はしか）>

症状： 感染すると10日後に発熱や咳、鼻水といった風邪症状が現れます。
2～3日熱が続いた後、39℃以上の高熱と発疹が出ます。

予防法： 麻疹ウイルスは感染力が強く、空気感染もするので手洗い、マスクのみでは予防できません。
麻疹ワクチン予防接種が最も有効な予防法です。

<風しん>

症状： 感染すると約2～3週間後に発熱や発疹、リンパ節の腫れなどの症状が現れます。風疹の症状は子供では比較的軽いのですが、大人がかかると、発熱や発疹の期間が子供に比べて長く、関節痛がひどいことが多いとされています。

また、発疹の出る前後1週間は人に感染させる可能性があります。

予防法： 風しんウイルスの感染経路は飛沫感染でヒトからヒトへ感染します。
風しんワクチン予防接種が最も有効な予防法です。

<先天性風しん症候群>

風しんに対する免疫が不十分な妊娠20週までの女性が風しんウイルスに感染すると、眼や心臓、耳等に障害をもつ子供（先天性風しん症候群）が出生することがあります。

妊娠中の女性は風しんワクチン予防接種を受けられないので、風しんの抗体価の低い妊婦の同居家族は抗体検査や予防接種をご検討下さい。

特に昭和54年4月1日以前に産まれた男性は予防接種を1回もする機会がなかったため、免疫を持たない方もいます。

風しんワクチンの定期予防接種制度の変遷

	昭和37年4/1 生まれ以前	昭和37年4/2以降～ 昭和54年4/1生まれ	昭和54年4/2以降～ 平成2年4/1生まれ	平成2年4/2 生まれ以降
30年度に なる年齢	56歳以上	39歳～56歳	28歳～39歳	28歳以下
女性	制度なし	中学生の時 1回集団接種	個別接種 1回	個別接種 2回
男性	制度なし		個別接種 1回	個別接種 2回

接種率の低さや自然感染による抗体獲得が低いため特に注意

麻疹・風しん予防接種（予約制）

麻疹風しんワクチン（MRワクチン）（自費） 8640円
※MRワクチンは麻疹と風しんの混合ワクチンです。
麻疹、風しんに抗体がある人が受けても問題はありません。

麻疹ワクチン（自費） 5400円
風しんワクチン（自費） 5400円