

## インフルエンザ予防接種が 新しくなります

インフルエンザワクチンは今年の秋～冬にかけて流行が予測されるウイルスの型に合わせて製造します。

インフルエンザウイルスは大きくわけてA型とB型がありますが、それぞれがさらに細かくタイプがわかっていて、昨年までのワクチンはA型2種類、B型1種類の3種類のウイルスに効果があるものでした。

今年からは、この3種類に加え、B型1種類をさらに加え、計4種類のウイルスに対応するワクチンとなっています。より多くの種類のウイルスによる重篤化を防ぐことが可能になります。

インフルエンザは普通の風邪とは違い、強い感染症です。また、予防接種をしても、個人差はありますが、抗体ができるまでに通常約2週間かかりますので早めの接種をお勧めします。65歳以上の方で市町村から発行されている**接種費用助成券**をお持ちの方は当日必ずお持ちください。

勝木会では以下の3つの機関でインフルエンザの予防接種を行っています。

やわたメディカルセンターでは、一部で予防接種を受け付けていない診療科もありますので、事前に電話でお問い合わせください。

### インフルエンザ予防接種について

	やわたメディカルセンター	やわた健診センター	芦城クリニック
接種期間	平成27年10月15日(木) ～12月15日(火)	平成27年10月15日(木) ～12月29日(火)	平成27年10月15日(木) ～12月15日(火)
※65歳以上の方及び身体障害者：市町村によりはがき又は受診票の有効期間は異なります。			
対応日	診察と同時であれば接種可 ただし、一部診療科（眼科・皮膚科・泌尿器科等）では接種を受け付けることができません。	原則として 月・火・水・金と第1・3土 10:30～16:30	月～土の診療日 ただし、火曜午後は接種不可
予約	予約不要	要予約 電話予約受付時間▶13:00～16:00 予約受付ダイヤル：0761-50-2000	月～金：予約不要 土：事前に電話でお問い合わせください。 TEL：0761-23-0011
接種可能な年齢	高校生に相当する年齢の方以上 ※診察と同時であれば接種可	中学生に相当する年齢の方以上	高校生に相当する年齢の方以上

※小松市以外にお住まいの方は、上記の表と異なる点がありますので、事前にお電話でご確認ください。

#### CONTENTS

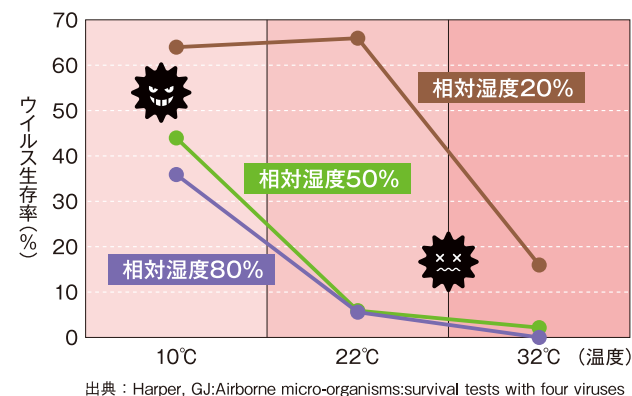
- インフルエンザ予防接種が新しくなります
- インフルエンザを予防しよう！
- トピックス

# インフルエンザを予防しよう!

秋から冬にかけて注意すべき感染症といえば、インフルエンザです。インフルエンザは38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などといった全身の症状がみられ、まれに脳症や肺炎を起こし、死にいたることもあるため注意が必要です。

インフルエンザの流行が冬に起こる理由は、気温と湿度といわれています。気温が下がり、湿度が低くなると人間の抵抗力が落ちる一方、インフルエンザウイルスは逆に高温多湿では生残れないため、冬になると勢いを増します。( **グラフ①** )

**グラフ①** インフルエンザウイルスと湿度、温度の関係



## 誰でもできる自己予防対策と予防接種

インフルエンザを予防するためには**加湿が有効**です。また、のどの乾燥を防ぐためのうがいも効果が期待できます。マスクも感染を予防する方法ですが、ウイルスは空気中ずっと漂っているわけではなく、ドアや壁、手すりなどにくっついており、それが手について鼻や顔をさわった時に感染を起こすことも多いので、マスクを外す時に手にウイルスをつけないこと、**手洗いをすることが**大切になります。

また、インフルエンザ予防といえば、予防接種があります。効果がそれほど長く続かず、流行するタイプも変わるため**毎年接種する必要があります**。

効果が出てくるまで2週間程度かかるため、**11月ごろまで**

には**接種する必要があります**。予防接種をしてもインフルエンザにかかったという話を聞かれることも多いと思いますが、現在の予防接種には、残念ながら完全にインフルエンザにかかることを防ぐことができるだけの力はなく、効果の程度も年によって違います。70%以上の効果がみられる年もありますが、30%以下という年もあったようです。ただ45%の効果しかなかった年でも、重症化は80%程度減ったということが分かっており、インフルエンザにかかっても軽くすみ、早く治ることが期待できます。( **グラフ②** )そして、亡くなる方は確実に減らせますので、ご高齢の方や持病を持った方は、やはり予防接種されることをお勧めします。

**グラフ②** インフルエンザワクチンの効果について

**■ 季節性インフルエンザワクチンの予防効果**  
インフルエンザワクチンは、流行株とワクチン株が一致していたとしても、完全に発症を防止できるものではない。

対象者	国名	有効率★	
		指標① 死亡回避	指標② 発症予防
高齢者	日本※1	80%	34~55%
高齢者	米国※2	80%	50~60%
健康成人(65歳未満)	米国※2	—	70~90%
小児	日本※3	—	30%前後

※1 平成9-11年度厚生科学研究「インフルエンザワクチンの効果に関する研究」  
 ※2 CDC: Influenza. In: National Immunization Program Pink Book 9th ed, 2006  
 ※3 平成12-14年度厚生科学研究「乳幼児に対するインフルエンザワクチンの効果に関する研究」  
 ★有効率とは…発症予防のための「有効率70%」という表現は「100人の接種者のうち70人は発症しない」という意味ではなく、「ワクチンを接種せずに発病した人のうち70%は、接種をしていれば発病を回避できた」という意味

## インフルエンザに罹ってしまったら

インフルエンザにかかったかどうかは、鼻汁や喉を綿棒で拭って検査します。10分前後で結果が出ます。

( **図1** ) 注意としては、症状が出てある程度時間が経たないとウイルスの量が少ないため、インフルエンザでもウイルスが見つからないことがあるので、しっかり診断するためにはある程度の時間(通常は24時間以上)が経ってから検査する必要があります。それでも10%前後は間違っただけでインフルエンザではないと診断されてしまいます。

インフルエンザの治療薬は、内服、吸入、点滴がありますが、現在使えるものはすべて基本的にインフルエンザウイルスが増えるのを抑えるものなので、ウイルスが増えてしまった後では効果があまり期待できません。そのため、

症状がみられてから48時間以内に治療を開始する必要があります。また、内服、吸入には感染を予防する効果も確認されていますが、ウイルスが体に入ってきて24時間以内に使い始めないと十分な効果がないことと、予防で使う時には保険が使えず自費で薬を購入することになるので注意が必要です。

インフルエンザの予防は、日頃からの手洗いや保湿などの自分でできる予防法と予防接種とを合わせて、しっかりと予防しましょう。また、予防接種を行うと、インフルエンザにかかっても高い熱が出ない場合がありますので、気になる時には医療機関で受診し、検査することをお勧めします。

**図1** インフルエンザの検査方法

**1**

滅菌綿棒を鼻の中にゆっくり挿入し、鼻の中を数回こすり、鼻腔ぬぐい液(検体)を採取する。

**2**

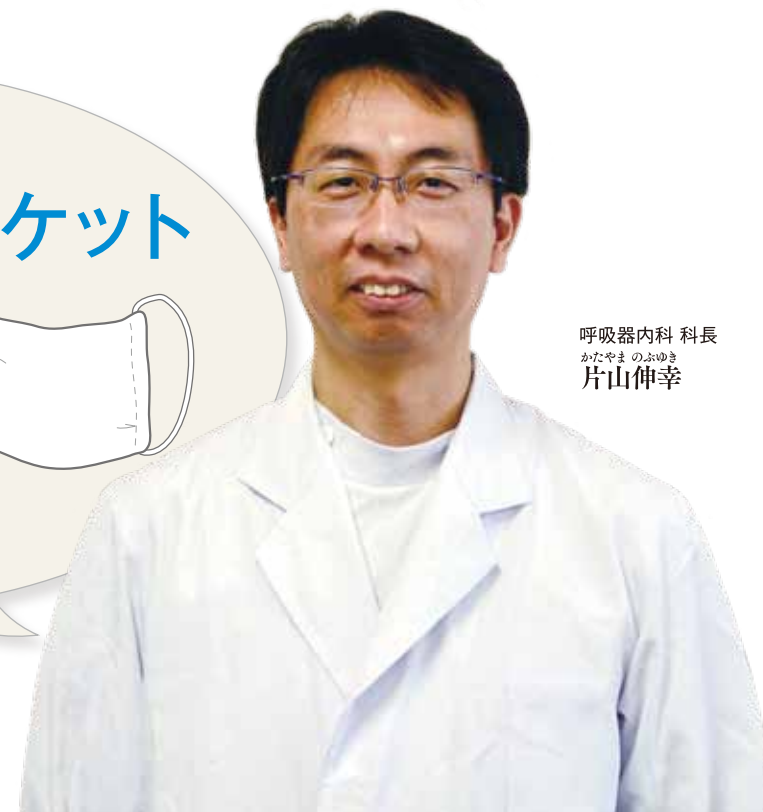
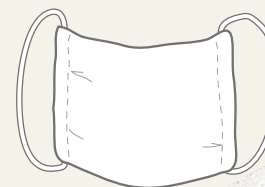
チューブに入った検査液に検体を入れて浮遊させる。  
つまんで!

**3**

検体が入った抽出液をチューブから、ゆっくり判定用紙に3滴落とす。(判定時間8分)

## マスクで咳エチケット

病院で受診される際に、咳が出ている方は、周りの患者様にうつしてしまうこともありますので、マスクを着用されることをお願いします。



呼吸器内科 科長  
あたまのよゆき  
片山伸幸



2015年7月、9月

## やわたメディカル カレッジを開催

7月に関節リウマチの治療、9月に胃腸の疾患をテーマにしたやわたメディカルカレッジを開催しました。この治療を行っている方やそのご家族を中心に地域の方にもお越しいただき、各回約80名の方がリレートークに熱心に耳を傾けていました。



2015年7月

## やわたハートフルコンサートを開催

第34回やわたハートフルコンサート「サマーコンサート」を7月18日(土)に開催しました。

「夏の思い出」や「少年時代」など「元気が出る夏の名曲」をテーマに10曲を演奏しました。

次回のコンサートは12月19日(土)午後2時から開催予定です。



2015年8月

## キッズメディカルチャレンジを開催

小学生に病院や医療職に興味を持ってもらおうという趣旨で「キッズメディカルチャレンジ」を開催しました。薬に見立てたお菓子を分包したり、心電図の吸盤を被験者のスタッフにくっつけて心電図を実際にとったりと、病院ではどんなスタッフがどのように病気を見つけて治療しているのかを楽しく疑似体験しました。



2015年8月

## 外科・川西科長が日本カプセル内視鏡学会認定医を取得

カプセル内視鏡は2007年に日本国内において薬事承認、保険適用されて以来、広く臨床の場で活用されています。

現在は、小腸用の適応拡大にとどまらず、大腸用と幅広く臨床応用されており、この技術は診断から精査、治療までを視野に入れ急速に発展してきている分野です。

当院では、2012年12月から小腸、2014年11月から大腸のカプセル内視鏡検査を導入しています。詳しくは外科までお問い合わせください。



### 基本理念

## あなたの健康が私たちの願いです。

～ Your Wellness is our dearest wish ～

世界中の人々が、お互い健康で、幸せをわかちあえるために私たちは日夜努力をつづけます。あなたの心と身体と環境を満足のゆく状態にするお手伝いをどうか私たちにさせてください。

※Wellness: ウェルネスとは身も心も、家庭や地域、環境もイキキ、はつらつとしていること。また、そうあるよう日々  
こころがけ、行動すること。意気軒昂、前向きに、主体的に生きる、がキーワード。

### 基本姿勢

## 人を信じ、人を大切にします。

相手を信じ、自分を信じ、お互いに信頼しあう姿勢を基に、その個性や人格を大切に、自らの最大限の力量を持ってサービスに当たることが、私たちの基本姿勢です。そのために、自らの健康・教養・品位・技術を高める努力を惜しみません。

