

よぼう

2018
秋号
Vol.9

発行 公益財団法人 宮城県結核予防会
〒989-3203 仙台市青葉区中山吉成2丁目3番1号
TEL.022-719-5161 FAX.022-719-5166

特集

インフルエンザをよく知ろう、 上手に備えよう



複十字シール運動キャラクター
シールぼうやとシールちゃん



川崎町 みちのく社の湖畔公園

information

- インフルエンザ予防接種について
- 肺炎球菌ワクチン接種のご案内
- 無料相談のご案内
- 複十字健診センターを改装しました
- 胸部デジタルX線検診車「みやぎ13号」が完成しました
- 禁煙外来
- 第69回全国大会 決議・陳情
- 複十字シール運動
- 知事表敬訪問
- 結核予防週間
- 結核予防街頭キャンペーン
- 結核予防・COPDパネル展
- 医師・保健師等による講話などのご案内



インフルエンザをよく知ろう、上手に備えよう



公益財団法人
宮城県結核予防会 理事長 渡辺 彰



略歴 (2018年4月現在)
 1974年 東北大学医学部卒業、12年間の市中病院勤務後
 1986年 東北大学抗酸菌病研究所(現加齢医学研究所)内科医員となり、助手、講師、助教授を経て
 2007年 加齢医学研究所 抗感染症薬開発寄附研究部門教授
 2018年 公益財団法人宮城県結核予防会理事長および東北文化学園大学医療福祉学部抗感染症薬開発研究部門特任教授現在に至る

社会活動等
 日本結核病学会理事長、日本化学療法学会理事長、日本感染症学会理事、厚生労働省医師国家試験委員などを歴任

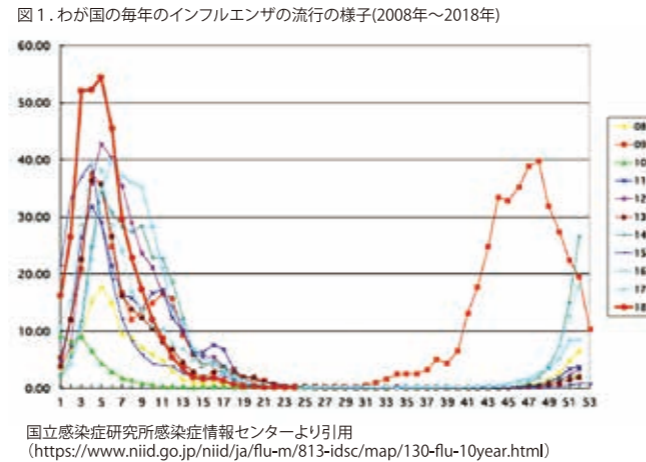
受賞
 2009年 緑膿菌の除菌に関する研究で、日本環境感染症学会賞を受賞
 2010年 Q熱に関する研究で、日本感染症学会二木賞を受賞
 2013年 結核医療とインフルエンザ医療に関する貢献で、第65回保健文化賞を受賞(厚生労働大臣表彰とともに両陛下より拜謁を賜る)
 2017年 抗インフルエンザ薬の臨床開発とインフルエンザ感染症対策の推進への貢献で、日本化学療法学会の志賀潔・秦佐八郎記念賞を受賞

インフルエンザはいつからあるの

インフルエンザはインフルエンザウイルスの感染で起こります。ギリシャ時代のツキジデスが著わした書物には、アテネに起こった大疫病のためにスパルタとの間のペロポネソス戦争がすぐに終結したことが記されています。兵士を含めてお互いに患者が続出し、戦争どころではなかったのでしょう。突然始まって流行が一気に拡大したものの、あっという間に去っていったという記述その他から、インフルエンザの可能性が極めて高いとみられています。日本でも平安時代の歴史書「三代実録」の貞観4年(AD 862年)の項に京都を中心とする大流行が記されており、人々は昔も今も悩まされていたといえます。

なぜ?冬に多いんだろう

インフルエンザ患者さんの咳などでまき散らされたウイルスには、近くにいる人ほど感染し易く、特に1m以内では確率が高くなりますから、大事をとって2mは離れましょう。もちろん、患者さんのマスク着用も必要です。空中に飛散したウイルスは、寒くて乾燥した状態で生き延びやすくなるので、冬に流行が拡大し、わが国では毎年、1千万人から2千万人が発症し、数百人から数千人が死亡しているとみられ、インフルエンザに続発して起こる細菌性肺炎で死亡する高齢者が多いと言われます。



どんな症状が出るの

個人差はありますが、感染してから12~24時間くらい経つと、突然の発熱と全身倦怠感、関節痛などの全身症状、鼻汁やのどの痛み、咳や痰などの呼吸器症状が出現します。重症化して入院を必要とすることもあり、年少者と高齢者の入院例ではそれぞれ脳症と肺炎が過半数を占めています。

インフルエンザの診断は?

他の国ではあまり使われていませんが、わが国ではインフルエンザの迅速診断キットが普及して保険の適用も認められています。通常、鼻の中やのどの粘膜を綿棒でこすって検査しますが、発症直後や、発症後しばらく経ってからはウイルスの量が少ないので感度が落ちてしまいます。ただ、本人の症状や、家族・同僚・同級生など患者の周囲の様子、地域の情報などを突き合わせれば診断は難しくはありません。

インフルエンザの治療は?

21世紀に入ってから、インフルエンザウイルスに直接作用する抗インフルエンザ薬が使われ始めました。解熱鎮痛消炎薬や、症状によっては補液(=点滴)、抗生物質(肺炎を起こした例に)と併せて使うことが多くなりましたが、発症してから48時間を過ぎると抗インフルエンザ薬の効果は次第に弱くなるので、それまでには受診するようにしましょう。

抗インフルエンザ薬について教えてください

わが国では2018年現在、計6剤の抗インフルエンザ薬が使えますが、これだけ多くの薬がそろっているのはわが国だけであり、多くの国ではせいぜい一つか二つだけです。作用機序(薬が効く仕組み)の異なる薬もそろっていますし、経口内服薬、吸入薬、注射薬などもそろっていますが、前の項に書いたように発症後48時間以内に開始するのが肝心です。

表1. 抗インフルエンザ薬の使い方(成人における使い方)
 (日本感染症学会提言2012[www.kansensho.or.jp/influenza/1208_teigen.html]より引用して一部を追加)

製品名	治療における使い方	予防投与の際の使い方	備考
リレンザ	1回10mg吸入、1日2回、5日間	1回10mg吸入、1日1回、10日間	治療では5日間の吸入を励行する
タミフル	1回75mg内服、1日2回、5日間	1回75mg内服、1日1回、7~10日間	治療では5日間の服用を励行する
ラビアクタ	1回300mg点滴静注1)、単回*	適応なし	*重症化予想例は倍量・複数回投与可
イナビル	1回40mg吸入、1日1回、単回	1回20mg吸入、1日1回、2日間**	**1回40mg吸入の単回投与も可能
アピガン	初日1.6gを2回内服2~5日は0.6gを2回	適応なし	新型等で国が判断した時のみ使用可
ゾフルーザ	1回40mg内服、1日1回、単回	適応を検討する予定	CEN(Cap-dependent endonuclease)阻害剤

1) 15分以上かけて投与する

治療中に気を付けることは?

抗インフルエンザ薬を使ったからといってウイルスはすぐには消えません。発症後5日間および熱が下がってからも2日間はまだ周囲にインフルエンザを伝染(うつ)してしまう可能性がありますから、家族とは部屋を別にして暖かくし、ベッドで休むなり安静にするなりしましょう。吐いたり下痢したりなどの消化器症状が出ることもありますから、水分はこまめに取り、状態に応じながら消化の良い食事を少しずつ取りましょう。看護する方も長時間付き添いすることは避け、必要十分の範囲で対応しましょう。

インフルエンザの予防は?

冬季間の乾いた時期には人混みの多いところをなるべく避け、帰宅後はうがいと手洗いをします。最も大事なものは、インフルエンザシーズン(通常は11月から3、4月ごろまで)に入るまでにインフルエンザワクチンを接種することです。12歳までや免疫が強く低下する病気の方を除けば1回のワクチン接種で十分です。家族など周囲にインフルエンザの患者が発生した場合、高齢者や持病をお持ちの方では条件によって抗インフルエンザ薬を予防投与することも認められていますから、近くのお医者さんに相談しましょう。ただし、予防投与の場合は抗インフルエンザ薬には保険が適用されず、自費となります。

表2. 抗インフルエンザ薬の予防投与の対象(タミフルの添付文書より抜粋)

予防に用いる場合には、原則として、インフルエンザ感染症を発症している患者の同居家族又は共同生活者である下記の者を対象とする

- (1) 高齢者(65歳以上)
- (2) 慢性呼吸器疾患又は慢性心疾患患者
- (3) 代謝性疾患患者(糖尿病等)
- (4) 腎機能障害患者

注:上記の内容は、タミフル以外の抗インフルエンザ薬においても同様である



異常行動・異常言動は抗インフルエンザ薬の副作用なの?

インフルエンザの患者で稀に見られる異常行動や異常言動は、抗インフルエンザ薬の投与に関連している可能性があるとして、わが国では10歳代の患者へはその投与が控えられてきました。しかし、厚生労働省は本年、抗インフルエンザ薬が投与されていない患者でも同じ症状が見られることがあり、この症状がインフルエンザそのものによって起こっている可能性も高いとして、これを見直そうとしています。実際、これらの抗インフルエンザ薬が世の中に出てくる前からこれらの症状が報告されていますし、最近ではこれらの症状がインフルエンザ脳症によって起こっているのではないかととも言われ始めています。高熱が出た際に起こることが多く、そう遠くない将来に原因が究明されそうですが、インフルエンザ罹患後の発熱時などに、ほんのわずかでも行動や言動に異常が見られたらすぐ医療機関に相談しましょう。

タミフル耐性のインフルエンザについて教えてください

国立感染症研究所の調査ではほぼ毎年、タミフル耐性と考えられるインフルエンザウイルスが1~数%見られています。ところが、インフルエンザの治療が終了して症状も収まった頃に出てきたり、そうではなくともタミフルも含めて他の抗インフルエンザ薬も有効だったりという例がほとんどです。「耐性」とは言いながら、現時点ではその程度がきわめて弱いウイルスがもつぱらのようであり、むやみに恐れる必要はありません。

宮城県結核予防会からのお知らせ

インフルエンザ予防接種について

インフルエンザは毎年11月頃に始まり、1月～3月にピークを迎えます。今年度につきましても、ワクチンの確保が可能となりましたら、ホームページ等でご案内いたします。

[接種開始] 平成30年11月1日～(予定)
[接種対象] 年齢 16歳以上



高齢者等予防接種費用の助成について

各市町村では、高齢者のインフルエンザ予防接種費用の一部を助成しています。詳しくは、お住いの市町村にお問い合わせください。

肺炎球菌ワクチン接種のご案内

肺炎は日本人の死因第3位。亡くなる方の95%は65歳以上の方です。重症化しないためにも、65歳を過ぎた方には肺炎球菌ワクチン接種による予防をおすすめします。当法人でも肺炎球菌ワクチン接種を受け付けております。予約制となりますので、お電話または外来窓口でご相談ください。



[接種対象者] 高齢者(65歳以上)の方

[接種期間] 肺炎球菌ワクチン接種は通年できます。インフルエンザワクチン接種と併用する場合は最低1週間以上の間隔をあけて接種します。

[効果持続期間] 個人差がありますが、通常1回の接種で約5年ほど免疫が持続するといわれています。

(注)肺炎球菌ワクチン接種は5年以上の間隔をあけないと再接種(2回目の接種)ができません。

結核・胸部疾患等に関するお悩みなど 無料相談のご案内

例えば

- ▲ セキや痰が続いて心配だ
- ▲ 微熱が長引いている
- ▲ たばこを止めたいが自信がない
- ▲ COPDの治療や知識について知りたいなど、些細なことでもご相談下さい。

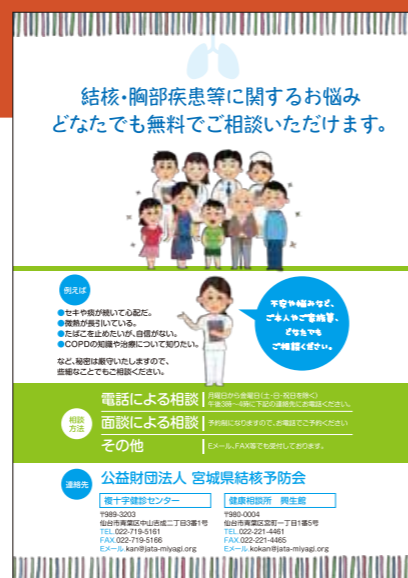
ご相談は

月曜日～金曜日
午後3時～4時に下記の連絡先にお電話下さい。
また、面談(予約制)、メール、FAX等による相談も受付しております。

連絡先

複十字健診センター 看護係
TEL 022-719-5161 内線(205)
FAX 022-719-5166
メール: kan@jata-miyagi.org

健康相談所 興生館 看護係
TEL 022-221-4461 内線(107)
FAX 022-221-4465
メール: kokan@jata-miyagi.org



複十字健診センターを改装しました

当法人では、より快適に受診していただくため、複十字健診センター1F健診・外来フロアを改装しました。受付や診察室への案内は、表示を大きくし、イラストを追加するなど、分かりやすくしました。また、着替えが必要な検査では、周囲を気にせず個室で着替えをしていただけるように、プライバシーへの配慮を強化しています。その他、皆様の不安感が強い胃の検査室などは、リラックスして受診していただけるようリーフ柄の壁紙に張り替えました。今後も当法人では、皆様に足を運んでいただきやすい、安心・快適な健診施設づくりに励んで参ります。



案内表示

案内表示を大きく、見やすくしました。それぞれの検査室は、どんな検査をする場所か、イラスト表示で分かりやすくしました。



一般撮影更衣室

周囲を気にせず、個室で着替えていただけます。



胃部透視撮影室

よりリラックスして受診していただけるよう、胃部の検査室は緑色のリーフ柄の壁紙に張り替えました。

胸部デジタルX線検診車『みやぎ13号』が完成しました

平成30年3月13日、公益財団法人JKAの補助事業により製作した検診車が完成しました。

今回整備した検診車を有効活用し、近年の部位別がん死亡者数の男女合計で第1位となっている「肺がん」をはじめとする結核や慢性閉塞性肺疾患(COPD)など胸部疾患の予防と早期発見、早期治療に取り組み、県内各地域で巡回検診を実施して行くことにより、県民の保健福祉の向上に寄与して参ります。



禁煙外来

当法人では禁煙を希望し一定の要件を満たした方に、保険適用による飲み薬、または貼り薬を使用した禁煙治療を行っています。完全予約制となっております。まずはお気軽にご相談ください。



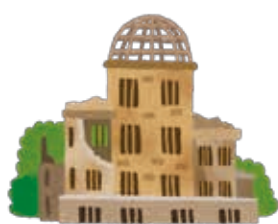
複十字健診センター
毎週 水・金曜日
14:30～15:00
TEL 022-719-5161 内線(205)

健康相談所 興生館
毎週 月・火・水・木曜日
13:00～15:00
TEL 022-221-4461 内線(107)

宮城県結核予防会からのお知らせ

第69回全国大会 決議・陳情

平成30年2月13日・14日の両日、結核予防会総裁秋篠宮妃殿下のご臨席の下、第69回結核予防全国大会が広島市で開催され、両日あわせて1,500人の参加を得ました。結核予防全国大会において、決議文が広島県地域保健医療推進機構松浦雄一郎会長から、宣言文が広島県地域女性団体連絡協議会佐藤浩子会長からそれぞれ報告され、参加者から満場の拍手で採択されました。当法人では、決議事項の実現に向けて宮城県知事、仙台市長、宮城県医師会長への陳情を行いました。



複十字シール運動 運動期間：8月1日～12月31日



複十字シール運動とは？

結核や肺がん、COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの呼吸器疾患をなくし、健康で明るい社会を作ることを目的に、世界各国で行われている運動です。募金をしていただいた方に複十字シールを差し上げ、それを使うことで結核予防思想の普及の一翼を担っていただくというものです。



2018年複十字シール運動ポスター



宮城県の結核状況

【新たに結核になった人】	人口10万対罹患率
平成28年 185人/年	7.9(全国3番目の低さ)
平成29年 153人/年(概況)	6.6(全国1番目の低さ)
【結核で亡くなった人】	
平成28年 25人/年	

(結核の統計2017および結核研究所疫学情報センター発表より)



平成29年度募金のご報告

【全国】 214,297,045円
【宮城県】 12,699,318円
皆様、ご協力ありがとうございました。

募金は下記の銀行振込または郵便振替で受け付けております。

【口座名義】 公益財団法人 宮城県結核予防会
【銀行口座】 七十七銀行宮町支店 普通預金 5510830
【郵便振替】 02270=1=405

※詳細については、当法人企画課までお問い合わせください。



知事表敬訪問

平成30年度の複十字シール運動にあたり、結核予防会本部では厚生労働省を、全国の支部では各都道府県知事を訪問しました。宮城県では7月24日に佐野副知事に、結核の現状と複十字シール運動について報告し、本運動に対するご理解と励ましのお言葉をいただきました。



結核予防週間

毎年9月24日～30日は結核予防週間です。当法人では、結核についての正しい知識と予防意識の普及、結核対策への関心を高めていただくために、宮城県内の小中高等学校や官公庁などにポスターと「結核の常識」を配布し、県内各地で様々な啓発活動を行います。



2018年予防週間ポスター



2018結核の常識

結核予防街頭キャンペーン

結核に関する正しい知識と予防についての普及啓発と健康への関心を高めていただくことを目的として結核予防週間に街頭キャンペーンを行います。無料肺年齢測定やパネル展示、パンフレットの配布を行いますので、お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

【開催日】 平成30年9月22日(土)
【時間】 13:30～15:00
【場所】 JR仙台駅西口ペDESTリアンデッキ



結核予防・COPDパネル展

結核予防週間行事の一環として、結核やCOPDなどの胸部疾患に関する正しい知識を深めていただくため、パネル展を開催します。

【展示期間】 平成30年9月25日(火)～9月28日(金)
【場所】 宮城県庁1階県民ロビー、仙台市内各区役所ロビー



医師・保健師等による講話などのご案内

市町村、事業所、団体、学校等が実施する健康づくりのための講習会、健康教室、健康まつり、イベントに当法人スタッフを派遣し、皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただきます。

講話のテーマ

- ・結核について
- ・肺がんについて
- ・COPDについて
- ・たばこの害について など...

肺年齢測定



平成30年1月9日石巻市牡鹿地区 民生委員・保健推進委員会合同研修会での講話の様子
テーマ「健康寿命を延ばすために」～生活習慣病予防について～
まずは、お電話またはメールにてお問い合わせください。

毎年の「肺がん検診」が あなたの命を守ります。

肺がんは、他の病気と区別がつくような特徴のある症状がほとんどありません。
特に、初期段階では無症状の場合が多く、身体に異変を感じた場合には進行が進んでいたり、
発見した時にはすでに末期だった、というケースも少なくありません。
初期の肺がんを見つけるには、検診が有効です。



公益性の高い専門機関として、健康診断から治療まで
県民の皆様の健康づくりを応援します。

+ 公益財団法人 宮城県結核予防会
〒989-3203 仙台市青葉区中山吉成2-3-1 TEL.022-719-5161 FAX.022-719-5166

複十字健診センター

〒989-3203
仙台市青葉区中山吉成2-3-1
TEL.022-719-5161(代表) FAX.022-719-5166

健康相談所 興生館

〒980-0004
仙台市青葉区宮町1-1-5
TEL.022-221-4461 FAX.022-221-4465



基本理念

宮城県結核予防会の基本理念を「忠益」(まごころを尽くして世の益となる)と定め「予防による健康社会の創出」をモットーとして活動して参ります。

宮城県結核予防会

<http://www.jata-miyagi.org>

