

大久保医院新聞

平成 30 年(2018 年)1 月 22 日発行 (第 150 号)

発行所:大久保医院 (Tel:045-788-6565)

日本小児科学会認定専門医、日本糖尿病学会認定専門医

所在地:横浜市金沢区六浦南2丁目 42 番 18 号

<http://www011.upp.so-net.ne.jp/ookubo-c-HP/>

新しい年を迎えて

あけましておめでとうございます。

皆さんは、お正月をいかがお過ごしでしたか。関東地方は、晴天の日が続きましたが、例年より風が強く寒い正月となりました。

私は、元旦には、近くの氏神(富岡八幡宮)をお詣りし、3日には、鎌倉の本覚寺に参拝し、古い「にぎり福」を納めて、新しい「にぎり福」を購入しました。

今年も、皆さんにとって、明るく楽しい一年になりますよう祈っております。



インフルエンザの対応

インフルエンザの流行が昨年 11 月より始まり、1 月から本格的な流行期に入りました。

毎年冬になるとインフルエンザを記事とする大久保医院新聞を発行しており、重複する部分もありますが、今回も Q&A 形式で、説明します。

Q1) 今年のインフルエンザの流行状況はどうですか。

A1) 1 月第 3 週(15 日～)から本格的な流行期にはいりました。横浜市衛生局の報告(1/18)によると、流行しているのはインフルエンザ A 型と B 型が半々となっています。当院では、1 月第 2 週(1/9～1/14): 8 名(A 型 5 例、B 型 3 例)、第 3 週(1/15～1/19): 14 例(A 型 2 例、B 型 12 例)でした。

流行状態を過去のデータを参考にすると流行のピークは今月の末から 2 月の初期と予想されます。

Q2) どのような症状・病状ならインフルエンザを疑うのでしょうか。

A2) 以下の 3 つが当てはまるとインフルエンザを疑います

- ① 症状出現の 2-3 日前にインフルエンザ患者に接触又は同じ室内で多人数で会食・会合したとき
- ② 38℃以上の発熱が突然出現。
- ③ 寒気、体(関節)の痛み、咳 の症状

Q3) 夜間や休日にインフルエンザに罹ったと感じた時点でどうしたらよいのでしょうか。

A3) 高熱が続きますが、全身状態が良い(意識清明、呼吸状態良好)なら、急いで救急の医療機関にかかる必要はありません。体を暖かくして、暖かい飲料をのんでひたすら体を休める(就寝)ことを薦めます。

家にある、解熱剤、鎮痛解熱剤、総合感冒薬を服用することは、薦めません。

翌日の昼間にかかりつけ医を受診して、インフルエンザ抗原迅速検査を受けて診断を確定することを薦めます。

Q4) 発熱(高熱)に対しどう対処したら良いのでしょうか

A4) ごく最近までは、発熱(高熱)に対して、氷枕して、解熱剤を投与していました。私が子供の頃は、抗生剤の筋肉注射を併用までしていました。

最近になり、かぜ症候群(インフルエンザを含む)の初期の発熱は、ウイルスに対する生理的・合目的な反応であることが理解される様になり、解熱剤(カロナール剤等)・鎮痛解熱剤(ロキソニン等)・総合感冒薬(PL 剤等)の服用を控える医師が多くなりました。

インフルエンザに罹患した時の高熱は、暖かくしてひたすら寝ていると、多くは、深夜に数時間続き汗をかいて翌日に熱が下がります。(図 1 の熱刑表参照)

発熱は、生体の防御作用(生体の免疫型を活性化)です。解熱剤で熱をさげるとウイルスと戦っている兵隊さんを引き上げることとなります。

Q5) 大久保院では、インフルエンザにどう対処しているのですか。

A5) 左欄の A2) に述べた 3 つの兆候があった場合、インフルエンザ抗原迅速診断キットで診断します。その検査で陽性になった場合、又は検査をせず臨床診断した場合は、治療を開始します。

0 歳代及び 5 歳未満は、抗インフルエンザ薬(タミフル)単独で治療(期間:原則 3 日間)します。5 歳以上は、1 回吸入の抗インフルエンザ薬(イナビル)を単独で治療します。

全体の 8 割強は、抗インフルエンザ薬単独で治療が可能です。残りの 2 割は、漢方剤を併用しています。

図 1 の熱刑表の後半の発熱時に抗生剤(マクロライド系)を併用することがあります。

Q6) いつから登園・登校・出勤が可能でしょうか

A6) 発熱期間が 3 日、その後、平熱 2 日が平均的な経過です。その経過なら、6 日目に登校・出勤が可能です。保育園児・幼稚園児は、平熱 3 日を見る必要があります。

Q7) 抗インフルエンザ薬服用中の注意点はなんですか

A7) 乳幼児～学童で発病後数日間に異常行動が見られることがあります。この異常行動は、抗インフルエンザ薬を服用しない人にも出現しているので、インフルエンザウイルスにより引き起こされるものと考えられています。

患者を一人しないよう注意してください。

編集後記

3 年前より英語の通訳案内士を目指して、その試験に挑戦しています。本年 1 月に大学センター試験(現代社会、日本史 B)を受験し、合格点をえました。通訳案内士の受験科目が減り、少し楽になりました。合格まで今一息です。

当院はユニセフ活動に協力しています。皆様より頂いた平成 29 年 10 月 21 日より平成 30 年 1 月 20 日までの募金 3,395 円をユニセフ協会に送金します。新聞をお持ちになる方はコピー代として募金活動にご協力下さい