



発行 / 明石市立市民病院  
編集 / 明石市立市民病院広報委員会  
〒673-8501 兵庫県明石市鷹匠町1-33  
電話(078)912-2323  
ホームページURL  
<http://www.city.akashi.hyogo.jp/hospital/shiminhosp/index.html>

## 新型インフルエンザ インフルエンザA型(H1N1)の流行について

副院長 門谷 洋一

今年4月メキシコで確認された新型インフルエンザは、メキシコ、アメリカ、ヨーロッパを中心に世界的に感染が拡大しました。日本でも5月初めに感染者が確認されて以来、各地に感染の広がりを見せています。

幸い、この新型インフルエンザは弱毒性と言われ、重篤な患者は少ないようですが、妊婦、小児、持病のある人などが感染すると重症になる場合があります。また、現在、日本での感染は下火となっていますが、この秋から冬にかけて再流行が予想されていますし、ウイルスの変異によって毒性が強くなる恐れもあります。さらに、強毒性と言われる鳥インフルエンザの発生も懸念されています。

今回の新型インフルエンザの流行に対して、いろいろな対策が取られました。これを機会に新型インフルエンザの知識をもう一度、整理しておきたいと思います。

### 新型インフルエンザ Q&A

#### Q1. そもそもインフルエンザとはどんな病気？

**A1.** インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症で、鼻咽頭、のど、気管支などに感染します。急に発症する38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などに加えて、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。大多数の人では特に治療を行わなくても約1週間で自然治癒します。しかしながら、乳幼児、高齢者、基礎疾患をもつ人では、気管支炎、肺炎などを併発したり基礎疾患の悪化を招いたりするなどして、最悪の場合死に至ることもあります。

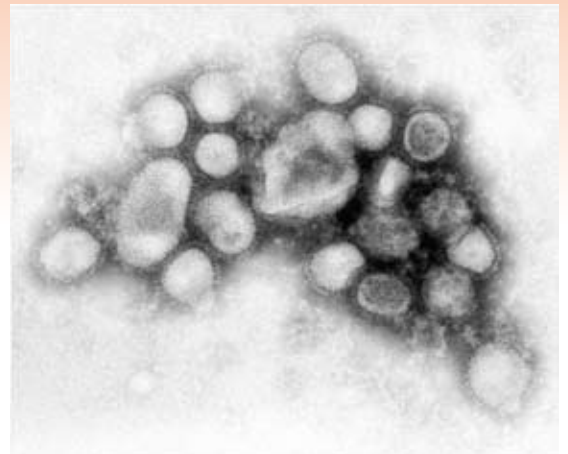
#### Q2. インフルエンザウイルスにも種類があるの？

**A2.** インフルエンザウイルスにはA・B・Cの3型があり、このうちA型とB型が人のインフルエンザの原因になります。

A型とB型のウイルス粒子表面にはヘマグルチニン(HA)とノイラミニダーゼ(NA)という糖蛋白があり、これらの違いによってウイルスの種類が区分されます。A型インフルエンザウイルスにはHAとNAの種類が特に多く、これまでHAに16種類、NAに9種類が見つかっており、その組み合わせの数だけ種類が存在しうることになります。その違いはH1N1-H16N9といった略称で表現されています。人のインフルエンザの原因になることが明らかになっているのは、「Aソ連型」として知られているH1N1、「A香港型」として知られているH3N2、H1N2、H2N2、の4種類です。この他にH9N1、高病原性鳥インフルエンザとして有名になったH5N1などのいくつかの種類が人に感染した例が報告されていますが、人から人への感染性が低かったため大流行には至っていません。

**Q3. 新型インフルエンザとは何?**

**A3.** これまで人の世界で流行を起こしたことがない、A型のインフルエンザウイルスが、人に適応し、人から人へと効率的に感染できるようになったものが新型インフルエンザウイルスです。この新型インフルエンザウイルスが感染して発症する病気が、新型インフルエンザです。このウイルスは、これまで人世界には存在しなかったため、世界中の誰もこのウイルスに対して免疫（抵抗力）をもっていないことから、あっという間に世界中に広がり、膨大な数の患者と死亡者が発生することが危惧されています。



新型インフルエンザの電子顕微鏡写真

**Q4. 新型インフルエンザの過去の流行は?**

**A4.** インフルエンザは約10年～40年ごとに新型が発生し、世界的な流行を引き起こし、多くの被害をもたらしました。

流行年	通称	推定死亡者数（世界）
1918～1919年	スペインインフルエンザ	約4000万人
1957～1958年	アジアインフルエンザ	200万人以上
1968～1969年	香港インフルエンザ	100万人以上

**Q5. 新型インフルエンザはどのようにして発生するの?**

**A5.** 鳥インフルエンザウイルスが、下記のような経緯の中で、その性質を変え（変異して）、人の間で感染する力を持つようになるといわれています。

- ①本来水鳥が保有している鳥インフルエンザウイルスが、他の鳥への接触感染をおこします。
- ②鳥から人へは普通は感染しません。感染した鳥の粉末状になったフンを吸い込むことなどで大量にウイルスが肺に入り込んだ場合など、まれに感染することがあります。
- ③人型と鳥型のウイルスに豚や人が同時に感染するとウイルスが変異して、人から人に強い感染力を持った新型になる場合があります。また、鳥型のウイルスが人の体内で突然性質を変えて新型になる場合があります。
- ④新型インフルエンザの発生により、世界中で爆発的な流行がおこります。

**Q6. 新型インフルエンザの症状や診断は?**

**A6.** 新型インフルエンザの症状は、突然の高熱、咳、咽頭痛、倦怠感に加えて、鼻汁・鼻閉、頭痛等であり季節性インフルエンザと類似しています。ただし、季節性インフルエンザに比べて、下痢や嘔吐が多い可能性が指摘されています。症状等から新型インフルエンザに感染していると医師が疑う場合は、PCR（遺伝子検査）等を行うことにより、確定診断をすることが可能です。

**Q7. 新型インフルエンザは重症化しやすいの？**

**A7.** 現時点では、ウイルスの感染力やウイルスがもたらす病原性等について未解明な部分がありますが、今回の新型インフルエンザについては、季節性インフルエンザと同様に感染力が強いものの、多くの患者が軽症のまま回復しているとされています。一方で、糖尿病や喘息等の基礎疾患がある方等を中心に重症化する例が報告されています。また、今後ウイルスが変異する可能性もありますので、油断は禁物です。

**Q8. 新型インフルエンザにかかったかなと思ったらどうしたらいいの？**

**A8.** 高熱やせきなどの症状があり、7日以内に新型インフルエンザが蔓延している国、又は地域に滞在もしくは旅行をした人や、感染者と2メートル以内に接近した等ことがある場合には、保健所などの相談窓口にお問い合わせをし、指定された医療機関を受診してください。

**Q9. 新型インフルエンザの治療法は？**

**A9.** 主な治療法は抗インフルエンザウイルス薬（タミフル・リレンザ）の投与です。これらの薬は、医療機関等において医師が必要と認める場合に、処方されます。通常は自宅で安静にします。重症の場合は入院が必要となることがあります。

**Q10. 新型インフルエンザはどのようにして感染するの？**

**A10.** 新型インフルエンザの感染経路は通常のインフルエンザと同様で、咳やくしゃみとともに放出されたウイルスを吸い込むことによって起こる飛沫感染と、ウイルスが付着したものを触れた後に目、鼻、口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する接触性感染が考えられます。

**Q11. 新型インフルエンザの予防は？**

**A11. 【感染予防策】**

- ・ 外出時のマスク着用や外出後のうがい、手洗い
- ・ 十分な休養をとり、体力や抵抗力を高める、日ごろからバランス良く栄養をとる
- ・ 人ごみへの外出をひかえる

☆マスクをせずにせきやくしゃみをすると、ウイルスが2mから3m飛ぶといわれています。飛沫（鼻水、せきやくしゃみによって飛び散るしぶき）が周囲に飛び散るのを防ぐ「咳エチケット」で感染拡大を防止しましょう。



## 透析室の紹介

透析室看護師

透析療法とは腎臓に代わって人工的に体の血液を浄化する働きを代わりに行う方法で、下記のような2種類の方法があります。

①血液透析：血液の体外循環により人工腎臓に血液を通して尿毒素を除去するものです。

②腹膜透析：自分のおなかにある腹膜を介して尿毒素の除去を行います。

全国では透析患者約26万人のうち腹膜透析を受けている人は約9000人です。

当院の透析室では①の血液透析を行っており平成20年度の当院の透析患者様の内訳は以下のとおりです。

- ・当院で透析を始めた患者様：28名
- ・他院で透析を受けていて当院で検査や手術を受ける為に転入して来られた患者様：79名
- ・その他の患者様：11名

(白血球除去療法・LDL吸着療法・血漿交換など)

平成21年7月現在では18名の患者様が、1日3～4時間で週2回または週3回の透析を受けておられます。

透析室には、透析専門医師、内科医師、循環器科医師、臨床工学技士、看護師が勤務しています。平成18年度より、透析機器を熟知している臨床工学技士が新たに配属されました。

私たちは、患者様が安心して安楽に透析を受けて頂く事を第一に考え、力を合わせて頑張っています。

患者様向けに日常生活の注意点や食事療法のポイントなどを掲載した「とーせきしつ通信」を発行したり、患者様ひとりひとりに合わせた生活指導が行えるように入院中から病棟看護師・栄養士と連携を取り、家庭に帰られた後も、患者様が自己管理を続けられるよう援助していきたいと考えています。



## すり傷のきれいな治し方

薬局長 小西 鉄也

すり傷はどのように治していますか？

おそらく、洗って消毒してバンドエイドやガーゼを貼って、そのうち、かさぶたができて自然に治っていくという治し方ではないでしょうか。実は、すり傷はうまく治せば、痛みも少なく、かさぶたもできずに、早くきれいに治るのです。最近では傷口を乾燥させないほうが良いということが少し知られるようになってきましたが、まだ一般的には多くの方が正しい手当の方法を知らないようです。

きれいに治す「こつ」は

- (1) なるべく早く水道水でよく傷口を洗い流すこと。
- (2) 傷口を乾燥させないこと。

この二つです。

多くの人は、

- ・ 本当に水道水でよいのか？
- ・ 早く乾かしたほうがよいのではないか？
- ・ 消毒しなくていいのか？



と思われるようですが、

飲料水になる上水道中には、ほとんど菌は検出されませんし、仮に検出されたとしても感染を起こすほどの菌数はありません。洗い流すのは細菌の巣になる土や泥、ゴミなどを取り除くためなのです。

またすり傷では消毒薬も必要ありません。

消毒薬は、細菌だけでなく、せっかく傷を治そうとがんばっている細胞にもダメージを与えるのです。水道水で洗い流すことが消毒と考えてください。しかし深い傷では一時的に消毒薬を使用することもあります。消毒の作用は良くも悪くも一時的ですので、消毒を繰り返さなければ、細胞へのダメージにそれほど神経質になることもないでしょう。それよりも傷を治すうえで最も悪いことは傷口の乾燥です。

ほとんどの方が経験されていると思いますが、口の中を切ったときのことを思い出してください。口の中は雑菌だらけでいつも唾液で濡れていますが、かさぶたもできずにすぐに治りませんか？これは傷が乾燥していないためなのです。また雑菌がいても化膿しないことがわかります。

通常、すり傷ができると、傷口からジクジクと液がしみ出してきます。この液は傷が治る上でとても大切な液で、細菌や壊死組織などを食べて傷口をきれいにする細胞や、傷口の欠損部を埋めてくれる細胞、表皮細胞などが十分に働けるようにしているだけでなく、それらの細胞を呼び集める因子なども含んでいます。傷口を乾燥させることは、これらの細胞の活動や移動を妨げるだけでなく、かさぶたを作り、傷の治りを遅らせることとなります。傷口に直にガーゼを当てることも傷口を乾燥させることとなりますので注意してください。

では、傷口の乾燥を防ぐためにはどのようにすればよいのでしょうか？

薬店などでハイドロコロイド材を使った「傷口を乾燥させない絆創膏」をお求めになることもできますが、食品用のラップでも代用できます。

手を石けんでよく洗ったあと、ラップをロールから切って傷口より少し大きめに当てテープなどでとめます。ポイントは傷周囲の皮膚が浸出液や汗でかぶれやすいのでラップが大きすぎないこと。全面をテープでとめずに余分な浸出液が流れ出るすき間を作っておくことです。ラップの場合は、ずれやすいですから、毎日貼り替えてください。

最後になりますが、今回は家庭でできるすり傷の治し方ですので、動物に咬まれた傷や釘を踏んだなどの深い傷、ひどくつぶれた傷や出血の多い傷、かさぶたの周囲が赤く腫れて痛いなどの症状がある場合には、すぐに医療機関を受診するようにしてください。また、自分以外の人の手当をする場合は血液や体液に病気の原因になるウイルスが含まれている危険性がありますから、必ず使い捨て手袋を着用するように気を付けてください。



## 健康明石21市民公開講座

## 院内情報局

### 今後の予定

開催年月日	担当	講座内容
平成21年 8月20日(木)	心療内科・精神科	うつ病 ～子供からお年寄りまで5人の物語～
平成21年 9月17日(木)	脳神経外科	正常圧水頭症って何？ ～歩行障害と物忘れのあるときは注意です～
平成21年10月15日(木)	循環器科	未定

- ・各日とも午後2時から、正面玄関右手の階段を上った2階講義室で開催します。
- ・入場無料、予約不要です。

### 明石ケーブルテレビで放映中

市民公開講座の内容は、明石ケーブルテレビで、毎朝午前7時15分から約15分間、あわせて月～金曜日は午後9時から放映しています。

講座のポイント、難解な言葉、表現などの質問に対して講師が解説するなど、インタビュー形式のわかりやすい内容となっていますので、ぜひご覧ください。