



蚊に刺されて、日本脳炎に感染している学童が多いことが分かりました。これらの学童は、運良く発症しなかっただけなのです。

いわき市に隣接する茨城県は、80%以上の豚が日本脳炎ウイルスの宿主になっています。いわき市は、地理的条件から感染リスクが高いと言えます。

日本脳炎の症状

ウイルスに感染してから発症するまでの潜伏期間は、概ね6〜16日です。発症すると、38℃以上の高熱が数日続き、頭痛、むかつき、吐き気、嘔吐、眩暈などが起こります。小児では、腹痛や下痢を伴うことも多いようです。これらの症状が出た後、急激に項部硬直、光線過敏、種々の意識障害、筋強直、不随意運動、振戦、麻痺などの神経系症状が現れます。感覚障害は稀で、麻痺は上肢で起こることが多いようです。

日本脳炎の治療

日本脳炎に特效薬はありません。一旦発症してしまつと、有効な治療法はなく、症状を緩和する対症療法が中心になります。

日本脳炎は、ウイルスが脳内に達して、脳細胞を破壊してしまつてか

日本脳炎の予防法

日本脳炎の予防法は、蚊に刺されないこと、ワクチンの予防接種をすることの2点です。

蚊に刺されないための虫除け対策

家の中では、蚊帳や蚊取り線香などの虫除け対策が有効です。外出の際は、できるだけ肌を露出しない服装を選び、デイト入りの虫除けスプレーを使うと効果的です。特に蚊が多い地域に出かける際は、しっかりとした虫除け対策が望まれます。

中国や韓国では夏から秋に、インド北部やネパールなどでは6月か

日本脳炎ワクチンの追加接種

ワクチンの有効期間は、何もなければ3〜4年といわれています。この期間を経過した後には日本脳炎の流行地域に行かれる方は、追加でワクチン接種することが勧められます。流行地域に長期渡航される方は、3〜4年に1回ずつ追加接種することが勧められます。

日本脳炎に限らず、ワクチン接種には副反応のリスクがあります。発疹、蕁麻疹、発熱、倦怠感などの軽い症状が多いですが、ADEM(急性散在性脳脊髄炎)と言われる重い副反応が、どのワクチンでも数百万接種に1回程度発生しています。ワクチン接種は、効果と副反応について、十分な理解と納得の上で行って下さい。

参考文献

・NIID 国立感染症研究所ホームページ
・厚生労働省検疫所 FORTH ホームページ

新任医師のご紹介



森蘭 健太郎
もりその けんたろう

はじめまして。4月からかしま病院総合診療科に赴任しました森蘭健太郎と申します。私は、千葉県柏市の出身で長崎大学を卒業後、神奈川県で初期研修を修了、現在は福島医大 地域・家庭医療学講座に所属しております。好きなことは旅で、医学部時代からいわゆるバックパッカーとして世界を巡ってきました。どれも医療とは無関係の旅でしたが、図らずもそれらの旅を通して海外では市民レベルで家庭医療が認識されていることを実感してきました。

日本ではまだ広く受け入れられているとは言えないプライマリ・ケアを専門とする家庭医療ですが、かしま病院のように類い稀なる深い理解があり歴史のある病院で働けることを大変光榮に思います。いわきの皆様に貢献できますように精一杯努めさせていただきますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

かしま女子的

ちよっと

井戸端会議

診療支援部 栄養課
野村 理絵

No.27

新年度が始まり1ヶ月が過ぎましたが、皆さんいかがお過ごしですか？4月から新しい環境で生活を送っている方もおられると思いますが、そろそろ疲れが溜まってくるころではないでしょうか？

いつも楽しく読ませていただいているこのコーナー、「次、お願いできますか？」とバトンをもらってしまいました。

さて、今回「家族」がテーマということで、皆さんは家族で食べる料理と言えば、何を思い浮かべますか？カレーライス、手巻き寿司、すき焼き、焼肉、鍋料理、お好み焼きなど人それぞれかと思えます。

この仕事をしていると、さまざまな方の食生活を見聞きます。食生活は多種多様で、10人いれば10通りの食生活パターンがあります。「家族で一緒に食事するのは大切」と言われています。数年前までは、家族で食卓を囲む方もよく見聞きしましたが、最近は数えるくらいになっています。

「食べる」という行為には、

- 1 栄養補給や健康の為という生理的機能
- 2 美しいものを食べて満たされるという心理的機能
- 3 食文化の創造と継承といった社会的もしくは教育的機能

があると言われています。食を通じたコミュニケーションは、食の楽しさを実感させ、人々に精神的な豊かさをもたらすと考えられることから、楽しく食事を囲む機会を持つように心がけることが大切です。

毎日とはいかずとも週に1、2回や朝食だけは家族揃って食べるようにするといった、出来る範囲から始める心かけは大切です。

今日も「夕食は何にしようかな？」と食べてくれる人の笑顔を想像しながらそそくさと職場を後にします。

