

# 岩美病院



2012. (1 2)

特集 禁煙のすすめについて

現在流行中のこどもの病気について

恒例のクリスマスコンサート開催について

# 禁煙のすすめ

新年明けましておめでとうございます。いろいろな決意をもって新しい年をお迎えのことと思いますが、この際、思い切ってタバコをやめてみられたらいかがでしょうか？

タバコの3大有害物質につきましてご説明いたします。

**ニコチン**：この物質によってタバコ中毒になります。

**タール**：ガンをおこす物質のかたまりです。

**毎日1箱タバコをすうと1年間でコップ1杯分の発ガン物質を体にとることになります。**

**一酸化炭素**：酸素を体に運ぶのを邪魔して体を中からだめにします。

タバコをすうとこれらの有害な物質が原因となって、肺ガンが4.5倍、肝臓がん 2.1倍、胃がん 2.7倍、食道がん 6.6倍、子宮がん 1.6倍、白血病 3.6倍、その他に、脳梗塞 3.3倍、心臓の病気 1.8倍、気管支喘息 3倍、胃潰瘍 1.9倍、乳児の突然死が 4.7倍おきやすくなります。

タバコの気分面での影響ですが、ニコチンの毒によってからだを落ち着かせる物質が脳からでなくなって、いらいらするようになります。ただ2週間タバコをがまんでできれば、体をおちつかせる物質が、また脳からでるようになるため、タバコをやめることができるようになります。家族みんなで2週間をがんばる決意が必要です。

禁煙の治療ですが、ニコチンパッチ等の治療があります。最後に、タバコの煙は、あなたの大切なひとから病気にしていきます。タバコからでる煙だけでなく、でた煙がカーテンや壁にこびりつき、あなたの配偶者をタバコをすわない人の2倍の確率でガンにしてしまいます。最後に、タバコの煙は空気清浄機では除去できません。どうか、みなさまタバコをやめていただき、すこしでも健康な生活をおくれますように切に願っております。





## 岩美町で流行中の病気（おたふくかぜ、水痘、マイコプラズマ感染症、RSウイルス感染症）とインフルエンザについて



おたふくかぜ：ムンプスウイルスが感染しておこります。耳下腺（耳より前で顎より下の部分）のところが主です。潜伏期はおおむね 16～18 日といわれています。現在有効な薬は開発されておられません。通常 7 日前後で治りますが、時に髄膜炎、精巣炎、卵巣炎、脾炎、聾等をおこすことがあります。中でも聾は、2～20 万人に 1 人の頻度とまれですが重症です。予防にはワクチンが有効です。ただ発症した人と接触して 3 日以内にワクチンを緊急接種しても無効です。



インフルエンザ：通常 1～4 日の潜伏期間の後、突然、発熱します。さむけ、頭痛、体のだるさ、筋肉痛、咳、鼻水、下痢、嘔吐、腹痛などの症状がでます。検査キットを利用し、鼻水で診断可能ですが、発熱早期に検査するとウイルスが鼻水に増えておらず誤って陰性となることも多いです。治療は、ウイルスを抑える薬（タミフル、リレンザ、イナビル）が有効です。麻黄湯という漢方薬も有効です。ただ解熱剤を使うときには特に注意が必要で、アスピリン、ボルタレン、ポンタールは使ってはいけません。アンヒバ、カロナールという薬は使うことができます。予防接種は、季節性ワクチンにおいて、約 70%の有効率があるとされています。



**水痘**：通常 14～18 日の潜伏期間のあと軽い発熱、倦怠感、発疹で発症します。



2～3 日のうちに水疱、膿疱、かさぶたに進行します。水疱は胴体、顔面に多く、手足には少ないです。治療はバルトレックスという飲み薬とカチリという塗り薬を用います。家族の 2 次感染予防に、接触して 72 時間以内であればワクチン接種を、それ以降では接触して 1 週間後にバルトレックスを内服する方法もあります。

**マイコプラズマ感染症**：潜伏期間は 1～3 週と長いです。小児～若年者の肺炎



の重要な起因菌のひとつで、すべての肺炎の中でマイコプラズマが占める割合は 5～9 歳で 33%、9～15 歳で 70%という調査もあります。

発症は肺炎、気管支炎となることが多く、次第にひどくなる咳、発熱などの症状がありますが、肺の音を聴診したときはそれほど悪くありません。

しかし、レントゲンで確認してみると全体的にスリガラスのようになって肺炎をおこしていることが多いです。治療は抗生剤です。ただし抗生剤であればなんでもいいというわけではなく、マクロライド系と呼ばれるクラリス、ジスロマック、エリスロシンといったものを用いることが多いです。

**RS ウイルス感染症**：潜伏期は 2～8 日（通常は 4～6 日）です。

症状は水様性鼻水、咳が主ですが、発熱は認めないこともあります。

呼吸数増加、喘鳴、肺雑音をみとめ、鼻水が次第に大量になり、



時に中耳炎を合併することがあります。大多数の患者では 7～12 日で治癒するが、症状が進行した例では、呼吸が障害され、低酸素になり重篤な経過をたどることもあります。治療は対症療法（喀痰融解薬、吸入、酸素投与）が主となります。場合によりステロイド薬の静脈注射、吸入を行うことがあります。なお予防としては重症化する可能性のある患者さま（在胎 28 週以下の 12 ヶ月齢以下。在胎 29 週～35 週、6 ヶ月齢以下。24 ヶ月齢以下の先天性心疾患をもつ方。6 ヶ月以内に気管支肺異型性の治療を受けた 24 ヶ月齢以下）

ではRSVモノクローナル抗体（シナジス）を接種することが多いです。



## もしも、夜間や休日に具合が悪くなったら・・・



休日や夜間に発生した子供の病気について、鳥取県では#8000で平日 19 時～23 時まで、土日・祝日 9 時～23 時までは無料で相談を受け付けております。（通話料は必要です。）

ダイヤル回線や IP 電話では03-5772-0576になります。（通話料は必要です。）

電話で不安な場合、東部医師会附属急患診療所

では、平日・土曜は、19 時～22 時まで、日曜・祝日は 9 時～17 時、19 時～20 時まで診療を行っている場合がほとんどです。ただ、場合によっては内科医のみで小児科医不在の場合ございますので、受診の前には必ず、

電話0857-22-2782にてお問い合わせ

してください。鳥取県東部地区全体のことを考え、現在当院小児科医師も全面的に急患診療所での診療に協力しています。



そのほかの取り組みとして鳥取県では、小児救急ハンドブックを用意しております。鳥取県のホームページ（とりネット）へも掲載されております。鳥取県福祉保健部医療政策課が発行しておりますのでご参照いただけましたら幸いです。



# 恒例のクリスマスコンサート開催



12月20日火曜日、外は厳しい寒さでしたが、岩美病院は暖かいメロディーに包まれました。すっかり恒例となったクリスマスイベントは<岩美コーラス>のハーモニーから始まりました。会場には入院患者様が心待ちにしておられる様子でしたが、その豊かな歌声につられるように、外来で診察をまっておられた患者

様も次々に来場されました。最初のクリスマスソングの澄みきった歌声からなつかしい歌まで披露され『上を向いて歩こう』では皆の合唱になり、最後の『幸せなら手をたたこう』のころには楽しそうな表情の方ばかりでした。

また今年はスペシャルゲストとして平成25年全国植樹祭のマスコットの“トッキーナ”が訪れ、キャラバン隊と共に植樹祭のPRをしました。

つづいて職員有志一同による“ハンドベル”演奏は定番の『きよしこの夜』、『赤鼻のトナカイ』。なじみのあるメロディーで観客のみなさまに笑顔がひろがっていました。勤務が終わってからの練習で、全員が揃っての演奏は当日本番だけだとは思えない程美しい音色でした。

いつもの病院の雰囲気とは少し違う心躍るひとときでした。観客の皆様の暖かい拍手は、来年のコンサートも期待されているように感じられました。



# 編集後記

今回は、1 禁煙のすすめ、2 岩美町で現在流行しているこどもの病気、3 クリスマスコンサート開催についての記事を掲載させていただきました。地域に根ざして医療活動をしているため、岩美町で流行している病気、活動に最もくわしい病院でありつづけることができるように日夜精進いたしております。地域の皆様のご健康にすこしでもお役にたてるように努力いたしてまいりますので、これからも岩美病院をよろしくお願いいたします。

( 松井 吉田 橋本弘 宮階 後藤 )

