

あおぞら



◎特集1

インフルエンザについて

◎特集2

救急の日～救急車を取り巻く環境～

インフルエンザの予防

ワクチン、手洗いの効果について

インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザもかぜも、上気道鼻腔、咽頭、喉頭などの粘膜の急性炎症で、鼻水、くしゃみ、のどの痛み、せき、発熱などを伴うものを『かぜ症候群』と呼びます。

かぜ症候群は軽い鼻症状が主体の普通感冒（いわゆるかぜ）から、咽頭炎、扁桃炎、気管支炎、さらに全身に強く症状が出るインフルエンザまで様々なものがあります。

インフルエンザもかぜもウイルスの感染症で、ウイルスの種類によって診断が異なりますが、症状からだけでは区別がつけられません。インフルエンザは、インフルエンザウイルス感染により引き起こされます。

インフルエンザはかぜ症候群のうちで最も重症となりやすい病型で、わが国では特に十一月から三月に急性に感染する人が増えるのが大きな特徴です。

インフルエンザの症状

かぜとは違うインフルエンザ、次のような症状が多く現れたら、早めの受診をしましょう。

- ・急な発熱（他の症状より先に）
- ・三八度以上の発熱と悪寒
- ・関節や筋肉が痛い
- ・倦怠感や疲労感がある
- ・寝込んでしまうほど辛い
- ・頭痛がする
- ・せきや鼻水の症状が次第に強くなる

どうやって感染する？

インフルエンザウイルスが感染する方法は大きく分けて二つあります。

- ・「飛沫感染」：鼻水やせきなどの飛沫を浴びて感染する

「接触感染」：病原体の着いた場所を他人が触って、その手で自分の鼻や口や目などを触り感染する



病原体は、自ら移動して私たちの体の中に勝手に入ってくるわけではありません。インフルエンザウイルスの場合、ウイルスを吸い込むことにより、鼻、のど、肺などの粘膜で増殖して炎症を起こしますが、この「吸い込む」方法に「飛沫」・「接触」があります。直接しぶきを浴びることは少ないと思いますが、咳やくしゃみ、咳を抑えようとした手で触れて環境を汚したところを、また別の人が触ることで感染したり、拡がっていくと考えられます。

「予防」が一番のインフルエンザ対策

インフルエンザは、罹らないことが一番の対策です。そのためにできることがたくさんあります。

- ・流行前のインフルエンザワクチン接種
- ・マスクの着用
- ・鼻水やたんなどを含んだティッシュはすぐに捨てる
- ・適度な湿度の保持
- ・休養とバランスのとれた栄養摂取
- ・人混みや繁華街への外出を控える
- ・手洗いや、アルコール製剤等による手指衛生

インフルエンザワクチンについて

インフルエンザの予防に有効な手段として、ワクチンの接種があります。ワクチンを接種することで、感染の防止や、重症化を防ぐ効果が期待できます。特に高齢の方や感染症になると重症化する基礎疾患（慢性呼吸器疾患や糖尿病など）をお持ちの方はかかっても症状を軽くする効果を期待できるので、毎年流行前にはワクチンの接種をお奨めします。

手洗いについて

インフルエンザ対策には、感染源となるウイルスを避けることが重要です。その中でも、手はいろいろなところを触るのでウイルスが付きやすく、また口や鼻を触ったときに感染元にもなりますから、手からウイルスを除去するための手洗いが感染防止に非常に有効です。

ワクチン接種の有無による死亡者数の比較(65歳以上)

ワクチン接種 受けていない人



ワクチン接種 受けている人



(厚生省研究班データ)

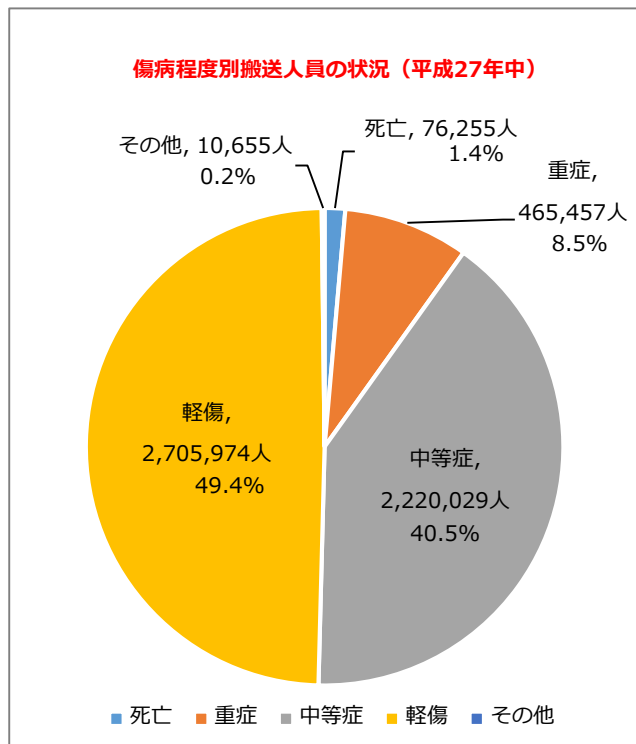
「ご自身のいつもの「手洗い」は「洗ったつもり」になっていませんか？

公開講座では、蛍光剤を手塗って、それを洗っていただき、洗い残しなどの日頃の手洗いを振り返っていただく手洗い講座も開催いたします。ご自身の手の特徴と正しい洗いをマスターすることで、「自分も周りの人も守る」ことができます。是非、公開講座にお越しください。

Toda Medical Group
 第52回 田園調布中央病院 地域医療公開講座
インフルエンザについて
 ～インフルエンザとその予防～
 平成29年**9月26日(火)** 参加費無料 定員20名
 10:00～11:00
 講師 田園調布中央病院 薬剤科 **大野 智裕** 看護師 **幸田 清子**
 会場 **野村證券** 田園調布支店 ラウンジ
 〒145-0071 東京都大田区田園調布2-62-3 TEL 03-5483-2011(代表)
※「メンソカイザー 東急スクエアガーデンサイト店」さんの隣に
 田園調布支店直連のエレベーターがございますのでご利用ください。
 お申し込み・お問い合わせ
 ☎ 03-3721-7121(代表)
 田園調布中央病院 担当:総務課 中井
 電話受付時間:平日 9:00～16:30 土曜日 9:00～12:00
※当日撮影した写真は、当施設ホームページを通じて掲載しますのであらかじめご了承ください

救急の日 ～救急車を取り巻く環境～

9月9日は救急の日です。「9（きゅう）9（きゅう）」の語呂合わせから、救急医療関係者の意識を高めるとともに、救急医療や救急業務に対する国民の正しい理解と認識を深めることを目的として、昭和57年（1982年）に厚生労働省によって定められました。救急自動車の出動件数は年々増加傾向にあるとされていますが、ではその内訳はどのようなになっているのでしょうか。

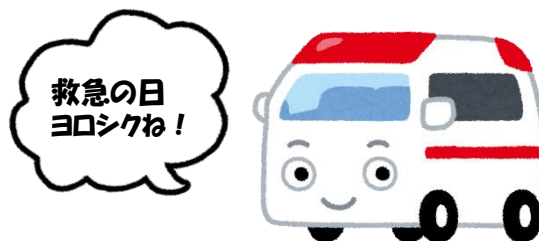


出典：平成28年版 消防白書（総務省消防庁）

平成27年中の救急自動車による救急出動件数は605万4,815件（対前年比6万9,894件増、1.2%増）、搬送人員数は547万8,370人（対前年比7万2,453人増、1.3%増）で救急出動件数、搬送人員数ともに過去最多となりました。

つまり、**救急自動車は5.2秒に1回の割合で出動**し、国民の23人に1人が搬送されたこととなります。

また、救急自動車による搬送人員数の内訳を傷病程度別にみると、軽傷が270万5,974人（49.4%）、中等症が222万29人（40.5%）、重症が46万5,457人（8.5%）などとなっています。（左図参照）



最近では、軽い症状の場合に救急車を呼んだり、なかには救急車をタクシー代わりに呼んだりすることが問題になっています。緊急ではない場合にも救急車を呼んでしまうと、本当に救急車を必要とする人への到着時間が長くなります。しかしその一方で、救急車を呼んでいいか分からないなど、判断に迷う場合もあると思います。

救急車を呼んでいいか判断に困ったら→「救急相談センター ☎ #7119」へご相談ください。こちらでは相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者等の職員）が、24時間年中無休で対応しています。困ったときはぜひ、お問い合わせください。

救急医療は限りある資源です。いざという時皆さんの自身の安心のために、9月9日（救急の日）を機に救急医療について考えてみませんか？