

ペット 感染症に注意!!

ペットを家族の一員として飼うケースが増えたのに伴い、ペットからうつる感染症も増えています。ペットを飼うには感染症について正しい知識を持つことが大切です。

かわいいからといって、一緒に寝たりするのは危険です。動物からうつる主な感染症と予防策を紹介します。

〔ペットからうつる主な感染症〕

《パストレラ症》 犬や猫に咬まれたり、引つ搔かれたりすると、

《トキソプラズマ症》 猫の糞から感染する。抗体を持たない妊婦が感染すると、まれに

胎児に影響し、死産や流産を招いたり神経・運動障害を引き起こしたりする。

《オウム病》 鳥の羽毛や乾燥した糞を吸い込んだり、口移



して餌を与えたりすることで感染する。インフルエンザのような症状が出る。

《皮膚糸状菌症(真菌症)》 糸状菌症にかかっているペットと接触することで感染する。発疹、かゆみ、化膿などの症状がある。

《狂犬病》 現在、日本での発生はないが、海外ではほとんどの地域で発生している。発病した犬に噛まれると、20%以上の人が感染し、発症すれば100%死亡する。飼い犬の登録と予防注射の徹底が重要。

〔ペットからの感染症を防ぐための注意点〕

- 口移しでの餌やりをしない。
- スプーン、箸の共用を避ける。
- 人間とペットの食器を一緒に洗わない。
- ペットの体を洗うときは、引つ搔かれたときの対策として服を着て行う。
- ペットを自分の布団に入れて寝ない。
- 飼育場所は清潔に保ち、糞の始末はこまめに行う。
- ペットに触った後や糞の処理、飼育場所の清掃を行った後は、必ず石けんで手を洗う。

うつ病の健康

うつ病は脳の病気であり、心臓や消化器の病気と同じように薬で治ります。ただし、他にも気をつけなくてはならないことがあります。体の病気を治すには薬を服用する以外に、食事や過労、睡眠不足、ストレスに気をつける必要があるのと同じように、うつ病も服薬だけではなく、休養、ストレスを減らすことが大変重要になります。仕事を通常通りに続けたり、家事を無理に頑張ったりしては治るものも治りません。うつ病を治すためには、1〜2カ月の

休息が必要です。そして十分な量の抗うつ薬を服用していけば、2カ月程度で元の元気な状態に回復していきます。しかし、このように治療をしても2割程度のうつ病はなかなか治せません。これは難治性のうつ病です。抗うつ薬で治せないうつ病は、脳へ電気刺激や磁気刺激を与える治療法でほとんどの場合治せます。注意しなければならぬのは、難治性のうつ病ではなく、みせかけの(偽物の)難治性うつ病です。最も多いのは誤診です。脳の病気であるうつ病ではなく、心の反応(神経

うつ病は治る病気で

症)で起きるうつ状態が巷では「うつ病」とよく誤診されています。最近、「うつ病が増えた」と世間ではよく言われていますが、これは神経症のうつ状態が「うつ病」と誤診されているからです。神経症のうつ状態を治すには、原因となつたストレスを解消するか、(ストレスを感じやすい環境に適切していくことが難しい)その人の考え方を改めることが必要です。抗うつ薬をいくらか服用して休んでいても治りません。

次に多い偽物の難治性うつ病は、不適切な薬物療法によるものです。抗うつ薬を服用していると言っても、1錠か2錠の少ない量を服用している、何年たってもうつ病は治りません。その人のうつ病の重症度に見合った十分な量の抗うつ薬を服用しない限り、何年もうつ状態は続きます。「精神科の病気だから、治るまで長くかかってもしょうがない」と考える方が多いですが、これは間違いです。きちんとした診断を受け、十分な量の抗うつ薬による治療を受ければ2カ月程度でうつ病は治るのです。

もう一つ付け加えると、体の病気の薬の副作用でうつ状態が起きることがよくあります。また、内分泌疾患や膠原病などの体の病気の一つの症状として、うつ状態が起きることもよくみられます。このような可能性も考慮した、正しい診断が極めて重要です。うつ状態で長く苦しんでいる方が、大変多くいらっしゃると思います。そのような方は、うつ病が専門の当南東北医療クリニック精神科を受診してください(電話予約0120・14・5420)。人生を取り戻しましょう。

(総合南東北病院 精神神経センター長・渡邊義文)

※連載「こころの健康」は今回で終了します。長らくご愛読いただきありがとうございました。