

# 春から初夏が流行シーズン ま 麻しんと風しん

かつては子どもの感染症とされていた麻しんと風しんですが、現在は大人にも広く注意喚起されています。

麻しんと風しんはどんな病気なのでしょう。流行シーズンにあたる今、是非この2つの病気について知つておいてください。

## 麻しんとは

麻しんは、別名はしかとも呼ばれる感染症です。二つの病名は、いずれもこの病気特有の普普通々とできる発しんが、麻の実のようみえること、また芒（はしか）というイネ科の植物の花の外側にある突起にみえることが由来しているそうです。

潜伏期間を経て、最初は熱とかぜのような症状がでた後、高熱と赤い発しんが現われます。発しんは全身に広がり、発しん同士がつながって、身体中が赤くなるほどになります。熱が下がり、回復期を迎えると、発しんは色素沈着により黒ずんできますが、しばらく



すると元の肌に戻ります。

重症化すると肺炎を引き起こしたり、ごくまれに脳炎を引き起こすことがあります。命に関わる病氣でもあるのです。

また、大人になつてかかると重症化しやすいといわれています。子ども、大人にかかわらず、高熱や赤い発しんができるなど麻しん感染が疑われたら、病院に連絡後、必ず受診するようにしましょう。

## 麻しんウイルスは空気感染する

麻しんウイルスの大きな特徴は、空気感染することと感染力が非常に強いことです。このため免疫のない人が感染すると、ほぼ100%発症すると言われています。

麻しんには未だ治療薬がなく、発症した場合、現われた症状を和らげる治療、つまり対症療法しかできません。

このように重い感染症であること、集団感染が起こりやすいことから、法律に基づいて市町村が中心になつて行なう「定期接種」のひとつに入っています。

そのため、乳幼児期に2度予防接種を受けることになつております。

それは、平成12年4月1日以前に生まれた方のなかには、予防接種がまだ行なわれていなかつたり、1度しか定期接種が行なわれなかつた人達が存在するからです。感染が心配な方は、母子手帳で確認するか、検査で免疫の有無を確認し、必要な回数のワクチン接種を受けてください。

接種すると母子手帳に記載されます。

## なぜ今感染が広がっているのか

定期接種を2回受けなければ免疫ができ、麻しんに感染する心配はないはずです。それでは近年、大人の感染が増えているのはなぜなのでしょう？

それは、平成12年4月1日以前に生まれた方のなかには、予防接種がまだ行なわれていなかつたり、1度しか定期接種が行なわれなかつた人達が存在するからです。

感染が心配な方は、母子手帳で確認するか、検査で免疫の有無を確認し、必要な回数のワクチン接種を受けてください。



※すでに麻疹にかかったことがある人は生涯免疫ができるため、予防接種は必要ありません。

## 海外から ウイルスが流入する

日本は4年前の2015年にWHO（世界保健機関）によって麻疹が排除状態であると認定されました。

それでも毎年流行が起こるのは、海外からの渡航者、もしくは、海外で麻疹に感染した人が気付かず帰国し、国内で発症するためと考えられています。

海外から日本への旅行者は増加していますし、来年はオリンピックがあり、さらに増えることが予想されます。

表に該当し、今まで麻疹になつた記憶がない人は、麻疹と風疹の混合ワクチンを接種しておくといでしよう。

流行シーズンは、ワクチン不足で受けられない可能性もあります。そうした場合は、受けられなかつたとあきらめず、オフシーズンに受けておくといでしよう。

風疹も現在、2回の定期接種の対象になつていています。麻疹に症状が似ていますが、感染力は麻疹より弱く、接触感染か飛沫感染により感染します。比較的の症状が軽くすむため「三日ばしか」とも呼ばれています。

## 風疹

潜伏期間を経て、発熱やリンパ節の腫れ、赤い発疹がポツポツと全身にできます。発疹は麻疹のようにつながることはなく、数日で治ります。

風疹で特に気をつけたいのは、妊婦さんです。妊娠中に風疹にかかると、胎児にもウイルスが感染して「先天性風疹症候群」という障がいをもつて生まれる可能性

が高くなります。妊娠を希望する人は、免疫の有無を確認して、あらかじめ予防接種を受けておくことが大切です。また、もし免疫のない状態で妊娠をしてしまったら、家族がワクチンを接種して、身近な人からの感染を防ぐようにしましょう。



## 海外渡航の際は、 ワクチン接種を

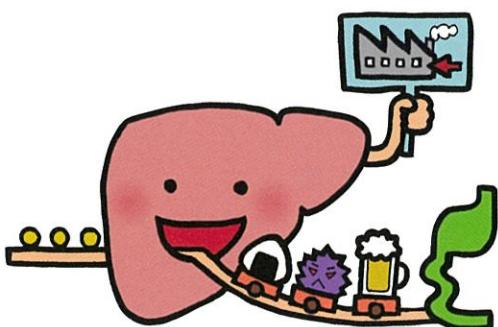
とりわけ麻疹は感染力が強いため、旅行など海外への渡航で感染してしまう可能性は少なくありません。

海外への出張や旅行を予定されている方は、免疫の有無を調べ、ワクチン接種を受けておくことがとても大切です。

# 健康診断と肝炎ウイルス検査で—

かんぞう

# 肝臓の状態を知ろう！



## 肝臓は化学処理工場

肝臓は、人体に吸収された物質を分解・解毒し、それらを身体に必要な物質に変える働きを担っています。さらには、処理した物質を蓄え、必要に応じて身体に送り出す役割もあります。

肝臓は、「沈黙の臓器」といわれ、病気になつても、かなり症状が進まないと自覚症状を感じにくい臓器です。大切なことは、肝臓の状態を知ることです。それに、定期的な健康診断と、肝炎ウイルス検査が必要です。

## 肝臓——四つの病気

肝臓の病気には大きく、「肝炎」「脂肪肝」「肝硬変」「肝臓がん」の四つがあります。

「肝炎」は、肝臓に炎症が起こっている状態のことです。脂肪肝から肝炎へと進行するケースや、肝炎ウイルスの感染によって起こるケースがあります。

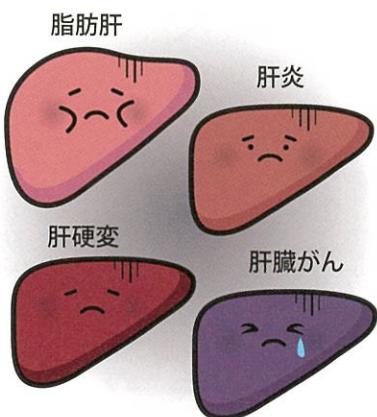
肝臓には脂肪を蓄える役割がありますが、生活習慣や食生活によつては、肝細胞の働きを阻害する

500分の一ほどの小さい細胞が無数に集まつてできています。これらの肝細胞の一つひとつが、2000種類以上ともいわれる酵素（物質を分解するための分子）を産生して500種類以上の化学処理を行なっています。

「肝硬変」は、慢性的な肝炎、肝硬変が原因となつて起こります。B型の肝炎ウイルスに感染している場合は、ウイルス 자체ががんを発症させることもあると考えられています。

「肝硬変」は、多数の肝細胞が死滅することで起こります。肝細胞は死滅すると硬い纖維組織へと変化して元には戻りません。

ほど大量の脂肪が肝臓に溜まることがあります。これが「脂肪肝」です。



## 肝臓の状態を知るために ——健康診断

肝臓には痛みを発信する神経がないため、内部

の肝細胞が破壊されても自覚症状が起こりにくいといった特徴があります。

ところで、健康診断を受けてい  
る方は、「ALT (GPT)」「A  
ST (GOT)」といった項目を

と血清のなかに滲れかしてくる物質の名前です。数値が高いほど肝細胞の破壊が進行していると考えられ、異常に対し自覚症状でにくい肝臓では、とても重要な検査項目となっています。

## 肝臓の状態を知るために 肝炎ウイルス検査

肝臓の病気の原因としては、アルコールの過剰摂取が思い浮かびますが、肝硬変の原因のほとんどは、肝炎ウイルスによるものです。

肝炎ウイルスの感染者は約300～370万人とされ、国内最大の感染症ともいわれていて、感染者の9割は40歳以上の人です。どうかを知るには、「肝炎ウイル



肝炎ウイルスは、血液によつて人から人への感染も起こるため、ご自身が知らないうちに感染源となつてしまふ可能性も否定できません。検査を受けたことがない方は、ぜひ肝炎ウイルス検査を受けるようにしてください。

さらにこの検査は、全国の保健所や指定医療機関で、無料で受けすることができます（地方によつては、検査費用の一部を負担する場

このため、身体がすぐに薬の作用に慣れてしまうという特徴があり、長期の服用には効果がないません。時差による影響や突然的なストレスなどの極端な環境の変化や非常時のみ服用するようになります。

睡眠不足は、不安や不快を本人にもたらすだけでなく、事故の発生などを通じて他人へ重

『睡眠改善薬』という市販薬がありますが、これは医師の処方が必要な『睡眠薬』とは違うものです。

でも よる 治療 めら いき 安心 治療 かけて さい

睡眠薬の服用に不安を感じる  
かたもいらっしゃいますが、現  
在、使われている睡眠薬のほと  
んどは、安全性が高められ、ま  
た薬への耐性ができるにくいもの  
になっています。医師の指示に  
従つて処方通りに服用すれば、  
とくに心配することはありませ  
ん。

いざれ  
でも眠れ  
るようす  
治療は進  
められて

睡眠薬の服用に不安を感じる  
かたもいらっしゃいますが、現  
在、使われている睡眠薬のほと  
んどは、安全性が高められ、ま  
た薬への耐性ができるにくいもの  
になっています。医師の指示に  
従つて処方通りに服用すれば、  
とくに心配することはありませ  
ん。



## 睡眠薬の安全性

大きな影響を与える可能性もあります。

服用に不安を感じる  
つしやいますか、現  
ている睡眠薬のほと  
全性が高められ、ま  
性ができるにくいもの  
ます。医師の指示に  
方通りに服用すれば、  
することはあります

5