



TERAOKA MEDICAL QUARTERLY

Vol. **58**
2018.12

社会医療法人社団陽正会
寺岡記念病院

二重の虹（ローカルコモンズしんいちより）

特集 インフルエンザ治療薬について

インフルエンザの流行する季節がやってきました。現在では様々な薬がインフルエンザの治療に使われています。2018年2月には新しいゾフルーザという薬が発売されました。この機会にインフルエンザの治療薬についておさらいしておきましょう。

インフルエンザ治療薬について	P1
病気って遺伝するの？	P3
抗体を調べてみよう	P6
乳がん健診を受けましょう	P7
ローカルコモンズしんいち秋祭り	P9
ひろしま S-1 サミットひろしま	P10
理念・病院カレンダー	P10
外来診療表	裏表紙



インフルエンザ治療薬について

はじめに



武田 昌
病院長(内科)

インフルエンザの流行する季節がやってきました。

現在では、様々な抗ウイルス薬がインフルエンザ治療に使われる状態になっていますが、2018年2月に新しいタイプの抗インフルエンザウイルス薬『ゾフルーザ(一般名:バロキサビル マルボキシル)』が発売されました。

この機会にインフルエンザの治療薬について、おさらいをしておきましょう。

人類の長い歴史の中で、もともとインフルエンザの治療は(一般の感冒と同じく)対症療法のみでしたが、1999年にウイルスの検査キットが、2000年にリレンザ、2001年にタミフルが発売されて、インフルエンザ治療は大きく変貌しました。



ノイラミニダーゼ阻害薬

従来、インフルエンザ(A,B型)に有効な抗ウイルス薬として使われていたのは、ウイルスが増殖して細胞外に出るために必要なノイラミニダーゼという酵素を阻害することによって効くお薬のみでした。

これらの薬の中で、最も有名なのは、内服薬の『タミフル(一般名:オセルタミビルリン酸塩)』でしょう。(寺岡記念病院では、後発品のオセルタミビルを採用しています)一般に成人では1日2カプセルを5日間内服します。また、吸入薬としては『リレンザ(一般名:ザナミビル水和物)』を1日2回(朝・夕)5日間吸入します。その後、1回の吸入だけで有効な、『イナビル(一般名:ラニナミビルオクタン酸エステル水和物)』という吸入薬が2010年に発売されました。また、同じく2010年に承認された唯一の点滴薬、『ラピアクタ(一般名:ペラミビル水和物)』があります。薬の内服や吸入が難しかったり、合併症のため重症化する可能性が高い患者さんなどに1回のみの点滴で有効なお薬です。これらの薬の選択に当たっては、様々な因子を考え合わせて医師が選びますので、主治医によく相談してください。



オセルタミビル



リレンザ(ザナミビル)

新薬について

2014年3月に今までのノイラミニダーゼ阻害薬と異なる作用機序(インフルエンザウイルスの細胞内での遺伝子複製に必須のRNAポリメラーゼという酵素を阻害)を持った、『アビガン(一般名:ファビピラビル)』という新薬が出来ましたが、「新型または再興型インフルエンザウイルス感染症」のみの適応とされ、新型インフルエンザのパンデミック(爆発的流行)と国が判断した場合のみに投与される薬となっています。

そして、今年の2月にもう一つの新しい作用機序(キャップ依存性エンドヌクレアーゼという酵素の阻害)でインフルエンザウイルスの増殖を抑える薬剤である、『ゾフルーザ』が承認されました。臨床試験で強い抗ウイルス活性が示され、従来のノイラミニダーゼ阻害薬に対する耐性を持ったウイルスにも有効とされ、ウイルス排出停止までの時間が短いとされています。このお薬も一回の内服のみで有効で、その点でも使いやすいお薬と言えるでしょう。副作用としては、下痢、頭痛、肝機能障害などが認められています。(小児用に、イチゴ味の顆粒などの製剤も発売予定のようです)



ゾフルーザ

おわりに

いろいろな抗ウイルス薬についてお話ししてきましたが、では、インフルエンザになったら必ずこれらの薬が必要なのでしょうか? 欧米ではインフルエンザワクチンを接種している人(健康な成人)には原則としてこれらの薬は使われません。普通の成人であれば対症療法だけで問題なくインフルエンザは治っていくもの、というのが常識だからです。日本ほどたくさんの抗インフルエンザ薬を使用している国は他にはない状態です。インフルエンザと診断されても、治療については、主治医とよくご相談ください。

また、感冒をはじめとしたウイルス疾患に対しては、なによりもまず「予防」が大切です! 流行時期になる前に必ずインフルエンザの予防接種をしましょう。そして流行がはじまったら、不要不急の外出を控え、人混みに出るときはマスクの着用、帰宅してからの手洗いとうがいを必ず励行してください。十分な栄養と睡眠が免疫力の維持に最も大切であることはいうまでもありません。そしてこの冬は、インフルエンザにも風邪にもかからずに健康に過ごしてください。



病気って遺伝するの？

～家族歴ってなんだろう～

看護師 田邊 直人

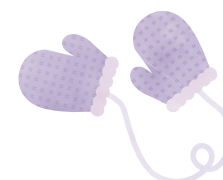
2017年 死因順位

1位	悪性新生物（がん）
2位	心疾患
3位	脳血管疾患
4位	肺炎
5位	老衰

皆さんは「家族歴」という言葉をご存知でしょうか。自分を含めて、両親、子供、兄弟、その他の親族が今までにどんな病気を患ってきたか、今どんな病気を患っているか、またどんな病気で亡くなったのか等の記録を言います。昭和から平成にかけて我が国の生活習慣は劇的に変貌を遂げました。生活習慣病という言葉も耳新しい言葉ではありません。

二人に一人ががんになると言われる時代となり、病気とうまく付き合うことが健康のコツとさえ言われるようになりました。

今回は病気と遺伝と生活習慣の関係について考えてみたいと思います。



病気になりやすい人、なりにくい人っているの？

病気になる人、ならない人。その差はどこにあるのでしょうか。もちろん、ひと言で説明することは難しいです。若い頃からお酒やタバコを好きなだけ飲んでも、最期の時までずっと病気知らずの方もおられます。その逆に、几帳面に健康管理に躍起になっても大病を患う方もおられるのです。ですが、もし「生まれながらに自分はこんな病気になりやすい」と判ったとしたらどうでしょうか。それを知る鍵の一つが「家族歴」になるのです。

親ががんなら自分もいつかは必ずがんになる？

現代の死因の上位を占める“悪性新生物（がん）”や“脳血管疾患”の発症率は遺伝に影響されるのでしょうか。“がん家系”と言う言葉を聞いたことがあると思います。あたかも親ががんを発症したら、子孫代々がんになると決まってしまうような響きですが、実は全てのがんが遺伝するわけではないのです。がんの大部分は親から子へと遺伝するものではなく、“加齢”や“生活習慣”などにより遺伝子が傷つくこと（遺伝子の変異）で発症するのです。

家族性腫瘍と遺伝性腫瘍

先に述べたように二人に一人ががんになる時代に、家族の誰かががんを患うことはそう珍しいことではありません。ある家族で特定のがんが集積して発生するものを「家族性腫瘍」といいます。

“大腸がん”を例にすると、大腸がん患者全体の約25%がこの家族性腫瘍と言われており、大腸がん患者の4人に1人は同家族内に同じがん罹患している人がいる確率となります。それに対して遺伝により“遺伝子のがんになりやすい状態”で子に継がれたことが原因で発症するがんの割合は全体の5%ほどと言われています。

つまり、**遺伝が原因となるがんの割合は全体からするとそんなに高いわけではない**のです。



脳血管疾患と家族歴

まずは脳血管疾患の原因を考えてみましょう。

危険因子となる“**高血圧**”“**糖尿病**”などが挙げられますが、これらの病気は遺伝するのでしょうか。これらはいずれも「生活習慣病」と呼ばれていますが、実は遺伝により発症のし易さが大きく違うことが明らかにされています。

「生活習慣病」＝遺伝因子×生活習慣

つまり、家族歴は自分が生活習慣病になりやすいかどうか考えるときの手掛かりとなります。



二次性高血圧と本態性高血圧

高血圧には生活習慣や腎臓などの疾患や妊娠などによる

“二次性高血圧”と、原因が特定できない“本態性高血圧”とがあります。

二次性高血圧は原因を除くことで治療ができますが、**本態性高血圧には遺伝による因子が大きく関わっている**ことが明らかとなっています。遺伝による因子に、塩分の摂り過ぎなどの生活習慣による因子が引き金となり発症します。**本態性高血圧は治療が困難で、一生を通して高血圧と付き合うことになります**。当然、脳卒中のリスクも高くなってしまいます。

高血圧と診断される方の大部分は“本態性高血圧”なのです。



病気って遺伝するの？

～家族歴ってなんだろう～



糖尿病の遺伝ってあるの？

糖尿病には1型と2型があるのはご存知の方も多いと思います。

自己免疫疾患としての1型と違い“**生活習慣**”などによる外因子により発症するのが**2型糖尿病**です。糖尿病患者の9割以上が2型と言われ、患者数は増加の一途をたどっています。1型糖尿病の遺伝を心配される方を時々見かけます。こちらは潜性(劣性)遺伝と呼び、親から子へと受け継ぎにくい遺伝の形です。それに対して**2型糖尿病の発症には“糖尿病になりやすい体質”が大きく関わっていて、この“体質”は高い確率で遺伝します。**つまり親子で“糖尿病になりやすい体質”の場合、生活環境が同じであれば子も発症する確率は極めて高くなるのです。

病気になるのは運しだい!ではありません。

病気の多くは身体に持っている因子に何かしらのきっかけが生じて発症するものが多いです。そのきっかけが**「生活習慣」**である場合が多いことも知っておいて頂きたいと思えます。

そして病気《特に生活習慣病:高血圧、糖尿病、アトピーなど》によっては爪の形や歯並びが親子で似るのと同じように、“病気になるしやすい体質”が遺伝することもあるという事です。それを知ること、改めて生活習慣における注意点を考えて頂けたらと思います。また病気によっては遺伝の有無で治療法も異なることがあるため、家族歴は治療の手掛かりとなる大切な情報でもあります。

「どうして私だけ・・・」人は病に倒れると誰でもそう思うに違いありません。でも、ふと「病気は自分だけのものじゃない」と考えてみると、自分を含めた家族の生活習慣や環境を考え直す、良いきっかけになるかも知れません。まだ、何も分からない子供達の生活習慣や環境を作ることも大切な「病気の予防」、「健康活動」と言えると思います。

皆様の健康の一助となれば幸いです。



抗体を調べてみよう!

～ 臨床検査室 ～

次のウイルスはワクチンで感染が防げる疾患です。



おたふく風邪(ムンプスウイルス)

- ・ムンプスウイルスに感染して発症し、耳の下の腫れや発熱が起こる。
- ・後遺症で難聴にもなることもあり、改善しない場合もある。
- ・1981年から任意接種として導入されたが、接種率が低い。



風疹(風疹ウイルス)

- ・風疹ウイルスに感染し、発熱、発疹、リンパ節腫脹が出現。
- ・妊娠初期の女性が感染した場合、胎児も感染することがある。(白内障や緑内障、先天性心疾患、難聴などを引き起こす。)
- ・妊娠しそうな女性だけでなくパートナーも抗体の有無を調べ、抗体がない場合はワクチンを接種することが推奨される。

麻疹(麻疹ウイルス)

- ・麻疹ウイルスに感染し、発熱、発疹、上気道炎症状(咳、くしゃみ、咽頭痛)や結膜炎症状、口の中に小斑点が認められその後、高熱と特有の発疹が全身に広がる。
- ・自然治癒するが、合併症(肺炎、中耳炎、脳炎)頻度も30%と高い。
- ・強力な感染力を持ち、感染者がすれ違っただけで、発症することがある。

水ぼうそう(水痘帯状疱疹ウイルス)

- ・水痘帯状疱疹ウイルスに感染して水痘を発症する。
- ・治癒後も知覚神経節に潜伏して、免疫力が低下したときなどに帯状疱疹を発症する。



抗体検査の必要性

- ◆これまでは、ウイルスに感染すると一生かからないと考えられていたが、感染することがある。
- ◆免疫の持続時間は自然免疫で40～50年、ワクチン1回接種で10年と言われている。
- ◆感染歴、ワクチン接種歴があっても、感染を防御できる十分な抗体がない場合がある。

ワクチン接種までの流れ

妊娠の予定がある方やワクチン接種の有無が不明な方は一度抗体検査を行い、抗体価が十分でない場合はワクチン接種という流れになります。

寺岡記念病院でも、上記の抗体を調べることができます。また予防接種も受けることができます。一度ご相談ください。



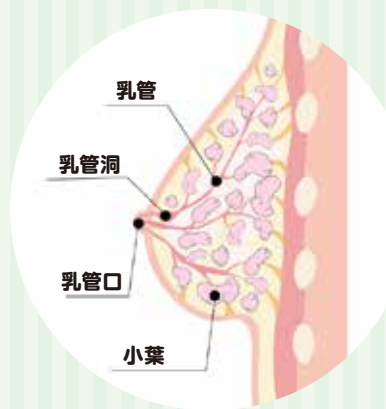
乳がん健診を受けましょう

放射線室

乳がんとは

乳がんは、乳腺(母乳をつくる場所)に発生する悪性腫瘍です。症状は、しこり、痛み、血液が混じったような分泌物が出る、乳首のただれ、皮膚のくぼみ、赤く腫れる、オレンジの皮のように毛穴が目立つ、脇の下のしこり、など実にさまざまです。

初期には全身の症状がないため、放置されやすいです。細胞ががん化して、がん細胞となり、増え始めるとしこりになります。しかし、乳がんの初期には食欲の減少や、体調の悪化などの全身症状はほとんどありません。唯一の乳房の変化に気付かず放置しておくと、乳腺の外にまでがん細胞が増殖し、血管やリンパ管を通して全身へと広がっていきます。乳房のわずかな変化を見逃さないことが大切です。



乳がん検査について

マンモグラフィは早期の乳がんも発見できる乳房専用のX線撮影のことです。乳がんをはじめ、乳房にできる病気をほとんど見つけることができ、しこりとして触れないごく早期の乳がんも発見できます。

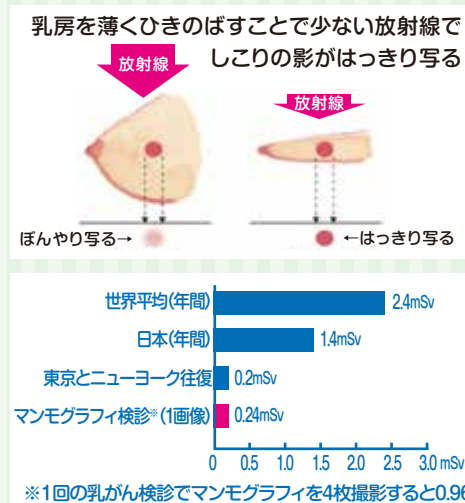
また、乳がんの初期症状の1つの石灰化を写し出すことができます。

乳房が大きく深部まで超音波が届かない方、閉経後で乳腺が萎縮し、その代わりに乳房の多くが脂肪に置き換わっている方などは、マンモグラフィが適しています。撮影は、更衣から撮影終了フィルム確認まで含めて約15分から20分程度です。

マンモグラフィ撮影では乳房を圧迫板ではさみます。この際に痛みを感じることもありますが、痛みのレベルは個人差があります。これは、診断に必要な良い写真を撮るためには、とても重要なのです。

乳房は立体的で厚みもあり、そのまま撮影すると乳腺や脂肪、血管などの重なりで、実際に腫瘍があっても写し出されないことがあります。また圧迫により、放射線の被曝量を少なくするという効果もあります。

マンモグラフィはX線検査なので、放射線被曝がありますが、乳房だけの部分的なもので、骨髄などへの影響はなく、白血病などの発生の危険はありません。1回の画像の撮影で受ける

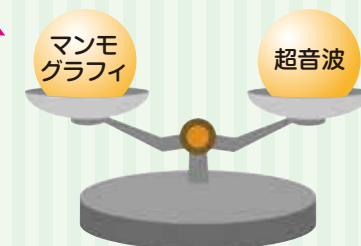


超音波検査(エコー)は、人間の耳には聞こえない音を機械から発し、臓器に音を当てて返ってくる反射の様子を画像にしているものです。超音波を出す器具を直接乳房に乗せて動かし、写し出された画像を見ながら診断を行ないます。超音波は数ミリの手に触れないしこりを見つけ出すことができます。放射線被曝を避けたい妊娠中の方、若年の方、乳房の圧迫に耐えられない方、強い乳腺症などで良好な撮影ができない方、頻りに検査をする必要のある方などに超音波検査が適しています。



マンモグラフィだけでは発見が難しい場合もあります

マンモグラフィは、手には触れないような非常に早期の乳がんの唯一のサインである石灰化をピックアップできるため、まったく症状のない方たちを対象とする健診の方法として、大変優れています。しかし、若年の方、授乳中の方、手術後の方、非常に乳腺の濃度が濃く不均一である方などの場合は、マンモグラフィだけでは、異常を写し出すことが難しい場合があります。質の良い撮影を診断が行われても、約10~15%の乳がんがマンモグラフィのみでは見落としとされる恐れがあります。



乳がん検診を受けましょう

ご自分で気付かれたしこりなどはお伝えください。

以前に受けた手術や傷跡、いぼ、ほくろなど、またご自分で気が付かれたしこりなどがありましたら、その部分を問診票に記入し、また撮影技師にもお伝えください。正しい撮影と診断に非常に役立ちます。

異常に気付いたら、医療機関を受診

自分で触れて気になるしこりがある場合、あるいは気になる症状がある場合は、健診を待たずに、乳腺専門の医療機関を受診し、診療を受けてください。寺岡記念病院でも乳がん健診を受けることができます。詳しくは受付にてお問い合わせください。

第5回

ローカルコモンズしんいち 秋祭り 盛会でした！

ローカルコモンズしんいち 秋祭り実行委員会



11月18日(日)に、『第5回ローカルコモンズしんいち秋祭り』を開催致しました。前日までお天気の心配もしておりましたが、当日は晴れて秋らしい爽やかな空となりました。

今年で5回目の開催となりましたが、地域の方や遠方から来られる方もおられ、当日も多くの方にご来場いただきました。



今年は、戸手高等学校の吹奏楽部さん、鬼炎太鼓さん、猪原準さん、YAYOIバトンスクールさん、福山あいどるくらぶ♡さんなど、多くの方に秋祭りを盛り上げていただきました。また、食のマルシェも同時開催して、地元農家さんの産直市場、戸手高等学校の生徒さんとこの日のために開発したオリジナルスイーツも展開しました。

地域・医療・福祉が一体となり、皆様に支えられての開催で大変賑やかな一日となりました。ありがとうございました。



ひろしま S-1 サミットひろしま

NY スタイルチーズケーキが最優秀賞を受賞しました！

ローカルコモンズしんいち

S-1とは、「障がいのある人たちが利用する施設・作業所で製造しているスナックやスイーツを主体とした品評会」であり、それらの頭文字の S に由来。また、「サミット」という表現を名称に取り入れることにより、参加いただく地域等を代表して出品いただくことで、各施設間が互いに切磋琢磨をしい交流を深め、より良質な商品作りと仕事作りにつなげ、施設を利用する障がいのある人の経済的自立を目指していくことが目的とされています。また、県民にも福祉関係のイベントという先入観からではなく、楽しみや遊び心を持ってイベントに会場してもらおうことで、障がいのある人の福祉に触れてもらうことも目的とされています。今年は、11月23日(金曜日)、広島東洋カープファン感謝デーの会場で開催されました。ローカルコモンズしんいちも寺岡朋子シェフが監修し、就労継続支援B型事業所ガーデンテラスが作成した『NYスタイルチーズケーキ』を、今回、初出場・初出展しました。

結果は何と・・・最優秀賞を受賞しました！

表彰状とトロフィーと大瀬良投手のサインボールを持ち帰ることができました。

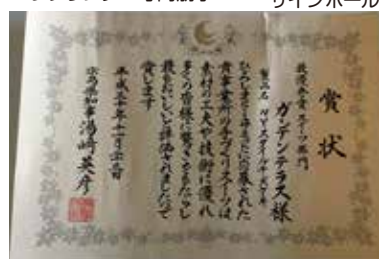
今後、品薄が予想されるNYスタイルチーズケーキ。お買い求めはローカルコモンズしんいち ガーデンテラスまで。



アドバイザーシェフ/内科医
レプリング 寺岡朋子



トロフィーと
サインボール



寺岡記念病院 理念

トータル&シームレスケア 全人的で切れ目のない医療提供の推進

スローガン

保健・医療・福祉の統合とネットワーク形成による新地域医療を実践しよう

方針

- ①地域住民の健康と安心を守る医療機関であり続け、健康地域づくりに貢献します
- ②医療を受ける人の個々のニーズに応える医療を提供します
- ③安全で良質な医療提供のためスタッフの職務能力と人格能力を高めます
- ④社会の要請に対応した医療を提供します
- ⑤長期的に安定した医療を提供するため健全な経営を行い病院の総合力を高めます

2018年 寺岡記念病院 カレンダー

12月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

休診日のご案内

- ①日曜日・祝日
- ②年末年始(12/31・1/1・2・3)
- ③お盆(8/15・16)

外来受付時間

- 平日/午前8:30~11:30
- 土曜日/午前8:30~11:00

外来診療時間

- 平日(月~土)/午前9:00~12:00
午後1:30~5:30

日曜・祝日以外の休診日

外来診療表

外来受付
時間平 日:午前8:30~11:30
土曜日:午前8:30~11:00外来診療
時間月~土曜日:午前 9:00~12:00
午後 1:30~ 5:30

診療室		月	火	水	木	金	土
内科	1診	松本 寛	武田 昌	城戸 雄一	武田 昌	足立 卓哉 (肝臓)	武田 昌
	2診	熊谷 功	熊谷 功	松本 寛	福田 真治	熊谷 功	松本 寛
	3診	中村 真	藤原 悠紀		杉浦 弘幸	杉浦 弘幸	福田 真治
	4診	福田 真治	城戸 雄一	藤原 恵		宮嶋 裕子 (脳神経内科)	藤原 恵
	専門外来		西森 久和 (月2回・血液内科)	広島大学 (脳神経内科)	鈴木 英之 (消化器内科)	中村 重信 (月2回・パーキンソン)	横野 博史 (月1回・腎疾患)
	専門外来	内田 治仁 (月2回・糖尿病)		中川 晃志 (循環器内科)	病院長午後外来		岩崎 良章 (月2回・肝臓)
脳神経外科	1診	寺岡 暉			寺岡 暉		
	2診	渡辺 高志	渡辺 高志	渡辺 高志	渡辺 高志	渡辺 高志	東京大学
	3診	竹信 敦充	竹信 敦充	東京大学	竹信 敦充	竹信 敦充	竹信 敦充
	4診			田中 遼		矢島 寛久	てんかん外来 (月1回)
	専門外来		脳健診	総合診療	脳健診		
外科	1診	花畑 哲郎	蓮岡 英明	花畑 哲郎	蓮岡 英明	花畑 哲郎	花畑 哲郎
	2診	蓮岡 英明	花畑 哲郎	蓮岡 英明	松三 雄騎	西山 岳芳	岡山大学
	専門外来				大澤 晋 (心臓血管外科)		
整形外科	1診	松本 芳則	松本 芳則	小坂 義樹	岡山大学	松本 芳則	周 鉅文
	2診						
	小児整形			小坂 義樹			
	形成外科			北口 陽平			岡山大学
泌尿科	1診	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二

2018.12.1 現在

専門外来

糖尿病	月 (月2回)	14:00 ~ 16:00	予約制	てんかん	土 (月1回)	9:00 ~ 11:00	予約制
血液内科	火 (月2回)	9:00 ~ 12:00	予約制	心臓血管外科	木	9:00 ~ 12:00	予約制
消化器内科	木	11:00 ~ 12:00	予約制	小児整形外科	水	14:00 ~ 14:30	予約不要
循環器内科	水	14:00 ~ 16:00	予約制	形成外科	水・土	10:00 ~ 11:00	予約制
病院長午後外来	木	14:00 ~ 15:30	予約制	総合診療科	水	14:00 ~ 16:00	予約不要
肝臓	金	9:00 ~ 12:00	予約制	ストーマ外来	第3木曜日	14:00 ~ 16:00	予約制
	土 (月2回)	9:00 ~ 12:00	予約制	癌縮小外来	火	14:00 ~ 16:00	予約不要
パーキンソン病	金 (月2回)	14:00 ~ 16:00	予約制	在宅支援外来	月	14:30 ~ 16:00	予約制
腎臓	土 (月1回)	10:00 ~ 12:00	予約制		金	13:30 ~ 15:00	予約制

地域医療連携室

外来・入院紹介 TEL/0847-40-3656
FAX/0847-40-3657

検査予約 (CT・MRI) TEL/0847-51-8045

寺岡記念病院

TEL/0847-52-3140(代) FAX/0847-52-2705

通所リハビリテーション「フォース」

ローカルcommons・ウィル

TEL/0847-52-7655

TEL/0847-54-0620(代)

本誌について、ご意見ご感想がございましたら是非お聞かせください。