



● インフルエンザを特集します。

毎冬流行をみせるインフルエンザですが、伝染力が強く、短期間に集中して百万人単位で大勢の人が罹患するため、健康被害のみならず社会活動にも大きな影響を与えます。今年も早めのワクチン接種で流行に備えましょう。

## Introduction of Staff

スタッフ紹介



医療秘書 塩沢 美穂

昨年より医療秘書として働かせていただいています。

勉強することが多く、大変だと思こともありますが、身に付く知識がたくさんあるので、やりがいを感じている毎日です。皆様がスムーズに診療を受けられるよう、また常に周囲の方の気持ちを考えて行動するよう心掛け、努力していきたいと思います。



## 健康便り



### 秋真っ盛りの彩り

お知らせ

人間ドック・脳ドック・大腸ドック・肺ドック 随時受付中！  
詳しくはスタッフまでお気軽にご相談ください。



## 院長の巻頭言

**秋**も深まりつつあり、旬の味覚が弾む今日この頃です。先の9月は、とうとう安保法案が可決され、日本国の有事が大きく変わりそうです。ゆゆしき改正ですが、その背景には現代の国際情勢が大きく変わってきたのが大きな理由だと思います。日本を取り巻く東アジアの環境は、中国とは尖閣諸島紛争、韓国とは戦中戦後から続く日韓問題（反日感情）が影響している国際紛争、北朝鮮とは日米同盟強化に対するミサイル威嚇や拉致問題など、一発触発の危機をはらんでおります。

科学や医学の進歩はすざましいものですが、世界の景気は冷めてきております。いくら科学や医学が進歩しても、世の景気が悪ければ、健康に影響すると言われております。国民皆保険制度は我が国が世界に誇るべきものですが、その最後の砦となる国民健康保険（国保）の運営が厳しい状況にあります。厚労省の発表では実質収入で3000億円以上の赤字が続いています。そこで厚労省は、国保財源立て直しのため、運営を市町村から都道府県に移管する方針を打ち出しました。憲法25条の「すべての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」という生活権規定がありますが、果たして守り続けられるのでしょうか。

国保の危機は経済格差が生んだ危機といえます。この格差が今後拡大すれば、どんな事態が訪れるのでしょうか。英国ロンドン大学免疫学・公衆衛生学教授マイケル・マーモット氏の「ステータス症候群 - 社会格差という病」の書籍が興味深い。格差社会と言われて久しいですが、経済格差がそのまま健康格差、つまり死亡率に直結すると言われていたら信じるのでしょうか。収入が

下がれば下がるほど、また社会階級が低くなるほど、心臓病、脳卒中、肺炎患、消化管の疾患、腎疾患、結核、そのほか際の事故や暴力による傷害のリスクが高まると言います。ここで衝撃的なことは、この格差が段階的に大きくなればなるほど、リスクも段階的に高まっていく、ということです。この書籍では、15歳の少年が60歳を迎える前に亡くなる可能性を比較しています。アメリカは15%、オランダ10%…、日本は9%です。日本では高校1年生の同級生のうち1割弱が60歳前に亡くなる計算になります。一方、ロシアはなんと15歳の少年が60歳を迎える前に死ぬ確率は43%。本書はこれらの事実について、「生活習慣が犯人か」「誰に責任があるのか」といった視点から真の原因を探っていきます。社会格差は今や社会を内側から壊す毒といえます。

東側と西側ヨーロッパ諸国の間にみられる寿命の違いのおよそ半分は心血管系疾患によるものであるが、20%は事故や暴力によるものです。「もし自律性の低さと社会的サポートの欠如が国内における死因の社会的格差の重要な要因であるならば、それは東西の格差にとっても重要な要因であるはずである」「ステータス症候群 - 社会格差という病」

社会格差が日本でも広がってくれば、日本の平均寿命はどんどん下がってこよう。社会的安定感が国際情勢に揺さぶられて不安定になれば、日本もいつか戦前の日本にうらぶれるような気がしてならない。



まるやまファミリークリニック院長  
医学博士 丸山 哲弘

当院の設備紹介

## CT撮影装置



## 内視鏡を用いることなく、3D画像で大腸の病変を発見

**当**院では、昨年9月に最新型のCT撮影装置(HITACHI Medico社製Supria)を導入いたしました。

この装置を用いて行う大腸CT検査(CTコロノグラフィー:CTC)は、内視鏡を挿入せずに背臥位、腹臥位にてCT撮影を行い、大腸CT解析が可能な専用ワークステーションを使用することで、内視鏡検査を行ったような大腸の画像を作成し、観察・診断する検査です。本装置では患者さんの負担も軽く、極めて短時間で検査が終了します。

## 百万人単位で流行する危険な病気

**イ**ンフルエンザはA型またはB型インフルエンザウイルスが呼吸器に感染することによって起こる病気です。インフルエンザは伝染力が強く、毎冬のように短期間に集中して百万人単位で大勢の人が罹患するため、健康被害のみならず社会活動にも大きな影響を与えます。



## インフルエンザに感染すると…

一般にインフルエンザは、感染後1～2日の潜伏期の後に38度以上の発熱をもって突然発症し、初期には頭痛、全身症状を示すことが特徴です。その後せき、痰などの呼吸器症状が現れて、数日の間寝込まざるを得ない状態が続きます。



## インフルエンザウイルスの種類

**流**行しているインフルエンザの種類というのは、毎年違った形であることをご存知ですか？

世間的に流行しやすいのはインフルエンザA型で、B型が流行することは比較的少なく、C型は大抵の人が免疫を持っているのでほとんど感染することがありません。ウイルス同士が融合し“新型”として猛威を振るA型、1～2年越しに流行するB型などタイプによって分かりやすい特徴があります。

**A型**

ウイルスが変異しやすく、多くのタイプが存在します。毎年少しずつ変化をしながら世界中で流行を引き起こします。症状としては高熱・喉の痛み、鼻づまりが酷くなります。呼吸器系の合併症を起こす危険性もあります。

**B型**

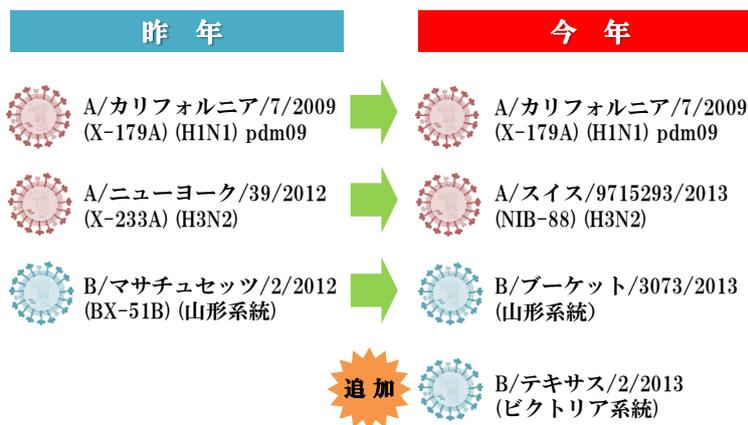
ウイルスが変異しにくく、限られたタイプしか存在しないため、ワクチンによる予防が効果的です。A型ほどに流行はおこりません。腹痛や下痢といった消化器系に影響が出やすいですが、A型よりも症状はやや軽いとされています。

**C型**

表面を覆う突起の性質がA型・B型と違うため、ウイルスとしての性質もかなり異なっています。大きな流行は起こさないため、ワクチンの対象からも外されています。感染しても鼻水が多く分泌される程度で、症状がほとんど出ないので、あまり心配はありません。

## 日本も今年から4価ワクチン導入

**今**年より日本でも4価ワクチン（A型2種類、B型2種類の合計4種類）が製造されることとなりました。B型インフルエンザウイルスの抗原を1種類→2種類に増やすことで、より幅広く流行株をカバーすることが可能になります。



## インフルエンザ Q&A

- Q.** なぜ毎年インフルエンザワクチンを接種する必要があるのですか？
- A.** 毎年流行が予測されるインフルエンザウイルスの種類が異なっているためです。
- Q.** インフルエンザワクチンは、接種してからどのくらい効果が持続しますか？
- A.** 一般的には接種して2～4週間後から約半年程度です。
- Q.** 予防接種を受ける時期はいつが良いですか？
- A.** ワクチンを接種してから抗体ができて予防効果が発現するためには、およそ2～4週間かかると言われています。一般的に12月頃から流行が始まることを考えると、それまでに接種を完了することが望まれます。

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	20時	○	休診	○	休診

午前…08:30～12:30 (受付 12:00まで)  
 午後…14:30～18:30 (受付 18:00まで)  
 ※火曜日は20時まで診察 (受付 19:30まで)

● **インフルエンザワクチン接種 随時受付中。**  
 ご希望の方は窓口にてご予約下さい。

**まるやまファミリークリニック**

検索

<http://www.maruyama-fc.com/>

〒395-0157 長野県飯田市大瀬木1106-2

☎ 0265-32-1666