

インフルエンザと風邪の話 ～みんなで予防しよう～



内科(総合診療科) 医師
高橋 麻衣子

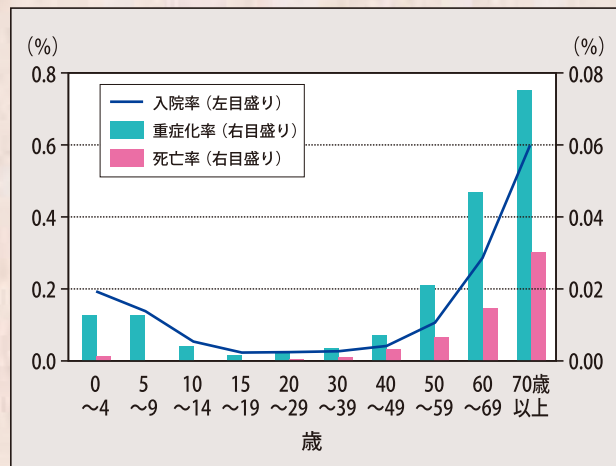
冬はインフルエンザと風邪が流行する季節です。
今日はそのお話をさせていただきます。

インフルエンザと風邪の違いは何?

インフルエンザは年間数百万～千数百万人感染し、一万人程度(0.1%)が死亡する病気です。風邪との違いは合併症からの入院率・死亡率が大きく異なることです。

	インフルエンザ	風邪
症状の出方	全身に出る	のどや鼻
進行	急激	ゆるやか
発熱	39～40度の高熱	38度前後の微熱
症状	咳嗽、頭痛、だるさ、 筋肉痛、関節痛	のどの痛み、鼻汁、 くしゃみ、咳
病原体	インフルエンザウイルス	ウイルスや細菌
合併症	気管支炎、肺炎、 脳炎、脳症	まれ

■年代別にみた新型インフルエンザ感染者の 入院率、重症化率、死亡率(厚生労働省)



図は人での流行が急速に広がった2009年新型インフルエンザのデータです。インフルエンザには全世代がかかりますが、入院率、死亡率は子供、高齢者で高いことがわかります。

インフルエンザを予防する方法は?

インフルエンザにかからないための最もよい方法がワクチン接種です。流行との型が一致すれば、ワクチン接種の有効性は65歳未満の人でインフルエンザになることを50～70%阻止、65歳以上高齢者では約45%の発病を阻止し、死亡を約80%阻止するとの報告があります。

子供や65歳以上の高齢者のほか、以下の因子が合併症のリスクが高いものとされており、予防接種による便益が特に期待されます。

■合併症のハイリスク

- 慢性呼吸器疾患(喘息や肺気腫)
- 心血管疾患(高血圧単独を除く)
- 慢性腎、肝、血液、代謝(糖尿病など)疾患
- 神経筋疾患(運動麻痺、痙攣、嚥下障害)
- 免疫抑制状態(HIV感染や、薬物によるものを含む)
- 妊婦
- 長期療養施設の入所者
- 著しい肥満
- アスピリンの長期投与を受けている者
- 担癌患者

また上記の方と接触する機会の多い方達(家族・医療介護関係者等)もまた便益の大きい予防接種の適応になります。

インフルエンザ予防接種はいつ打ったらいい?

お勧め時期は、
6ヶ月以上13歳未満: 10月半ば～11月前半に1回目
11月半ば～12月前半に2回目
13歳以上: 11月中～12月前半(1回接種)です。
予防効果が期待できるのは接種した2週間～5ヶ月程度です。

*予防接種につきましては、最寄りの医療機関にご確認ください。

「台東区立台東病院の防災体制」



台東区立台東病院 病院長 杉田 義博

東日本大震災以来、様々な自然災害が日本列島を襲う中、首都直下型地震への不安が増しています。台東区地域防災計画の中で台東病院は東京都より災害拠点連携病院に指定されており、災害拠点病院である永寿総合病院、災害拠点連携病院である浅草病院とともに、台東区地域防災計画の中で災害医療における拠点として位置づけられています。台東病院の建物は免震構造で、防災計画で想定されている震度6強の地震でも診療機能は維持できると考えています。しかし、病院・老健合わせて最大270人の方が入院・入所されており、院内スタッフはこの方々への対応で手一杯、災害発生後各地の医療救護所から搬送される患者さんや、近隣から歩いて受診される患者さんへの対応はどうするのか、人材と資材に限りがある中、ひとつの施設では解決が難しい問題でした。平成26年度に台東区地域防災計画が見直され、災害発生直後に区が指定する病院等の近隣に緊急医療救護所が設置され、あらかじめ登録された医師会の先生方や医療スタッフをはじめ、歯科医師会、薬剤師会等のスタッフが参集して、傷病者のトリアージと初期対応を行うという方針になりました。この計画に沿って、救護所で使用するテント等の資材や緊急時に使用する医薬品等のセットが、台東病院の駐車場に設置された倉庫などに保管され、院内には緊急連絡用の衛星電話も設置されています。今回第1回目の緊急医療救護所設置訓練が台東病院で行われる

ことになり、たくさんの関係者の皆様参加のもと9月5日土曜日に開催されました。当日は14時30分の発災想定と同時に病院前でのテント設置、ベッド・テーブルなどでのトリアージスペースの設置、傷病者のトリアージが行われました。また病院前に設置された防災対策本部の指示のもと、台東病院を含む搬送可能な医療機関への傷病者搬送の訓練も行われました。台東病院としては、救護所でトリアージされた患者さんを受け入れるスペースを院内の1階フロアに設け、タグの色別に搬送し、患者さんへの診療訓練を行いました。初めてトリアージに接した職員も多く、今後さらに災害医療に対する訓練を行わなければならないと痛感しました。第1回目の訓練としては成功に終わったのではないかと考えていますが、今後各救護所での訓練が継続される中で、緊急医療救護所の運営がスムーズになっていく予定とのことです。まだまだ力不足ではありますが、台東病院は台東区の災害拠点連携病院として、災害時の医療にもできる限り貢献していきたいと考えています。

「知って得する! 在宅ケア教室」開催

「知って得する! 在宅ケア教室」は、リハビリテーションスタッフを中心となって開催する、患者さんやそのご家族、ケアマネージャー、介護士向けの教室です。参加は無料、是非ご参加ください!

平成27年度予定表

- 時間 15:00～16:00
- 場所 台東病院2階会議室

開催日	内容	講師
10月21日(水)	高齢者を支える医療サービス 在宅療養支援窓口の活用	在宅療養支援窓口 眞下 美千代
11月18日(水)	『生活行為向上リハビリテーション』 って何だ?	リハビリテーション室 主任 楠本 直紀
12月16日(水)	フットケアとスキンケア	看護・介護部 統括部長 中野 博美

*「知って得する! 在宅ケア教室」の内容は変更する場合がございます。詳細はエントランスホールに掲示いたしますので、事前にご確認ください。



地域医師会からのメッセージ



東日本大震災発災より、すでに4年半が過ぎ去ろうとしています。私が浅草医師会理事を拝命したのが、東日本大震災発災後でありました。震災の悲惨な被災状況に戦慄を感じ、次は自分達ではないかと不安を感じていたのは、私だけではないと思います。大震災後より医師会内部で、発災時に圧倒的に不足する「人的・物的医療資源を最大限効果的に使用することのできる、災害時医療体制の構築」が必須という意見が多数ありました。検討を重ね、「病院前に医療救護所を設置し、医師会員と病院職員が協同して傷病者のトリアージ・治療を行う」方策を提言いたしました。台東区健康課、下谷医師会をはじめ歯科医師会、薬剤師会と調査・検討・協議を重ね、東京都より示された「病院の前ないしは近隣に、緊急医療救護所を設置する」方針を踏まえ、台東区では、他区に比較して速やかに、現在の災害医療体制の骨格を構築することができました。

今回の「区立台東病院前緊急医療救護所訓練」は、この骨格に血肉を付けていくための「魁」となる訓練であります。訓練は、「緊急医療救護所を立ち上げる」ことを目標としており、行政(台東区)・病院・医師会・歯科医師会・薬剤師会等と協同で行う訓練は、東京都内では初めての試みであるようです。今後、台東区内の各緊急医療救護所訓練を実施、また各師会等で、災害医療に関する知識・技能の研鑽に努めることが、「台東区民の健康を守る」という我々の使命を、微力ながらも果たすことになると思っております。



浅草医師会 理事
山田 英明 先生
山田英明下町クリニック
台東区西浅草 3-16-6
岩岡ビル1階

上野1丁目(旧黒門町)で胃腸科、呼吸器、循環器、外科を中心に診療所を開設しております。祖父の代より上野で育ち、父は黒門小学校卒業生です。ご縁があり私は、黒門小学校の校医をしております。下谷医師会に属し、台東区の防災、病院、産業保健等の担当理事です。区は東京都と協力して災害時防災計画を見直し、大災害が発生した場合は医師会と協力し、区民の健康を守るように日頃より連絡を取り合い、防災訓練を定期的に行っております。台東病院は区立病院であり、災害時には緊急医療救護所を病院前に設置して医療救護活動を行います。総合防災訓練とは別に、今回初めて緊急医療救護所の設置訓練を台東病院で行います。発災直後を想定

した救急医療救護所設置を、テントを立ち上げることから、災害対策本部との連絡体制確立、患者トリアージ、災害拠点病院搬送まで訓練致します。



下谷医師会 理事
倉持 晋久 先生
三倉クリニック
台東区上野 1-16-16
第2三倉ビル1階/2階



訓練後の総評

緊急医療救護所訓練を実施しました 台東区役所 健康部 健康課

平成27年9月5日に、区立台東病院前において、大規模災害時を想定した緊急医療救護所訓練を実施しました。災害発生直後は、重症から軽症まで多数の傷病者が病院に集中し、病院が重症者への治療を優先できなくなる恐れがあります。「緊急医療救護所」は、大規模災害の発災から概ね72時間までの間、病院の門前等に設置し、医師会等の関係機関の



防災倉庫確認

協力のもと、傷病者の治療の優先順位の判断や軽症者への応急処置等を行います。台東区では、今回訓練を行った区立台東病院をはじめ、災害拠点病院である永寿総合病院、浅草寺病院、浅草病院の4病院の門前、また谷中小学校と蔵前小学校

の2校への設置を計画しています。今回の訓練では、区内の医師会、歯科医師会、薬剤師会、柔道整復師会および台東区職員約50名が参加し、区立台東病院との連携・協力のもと、緊急医療救護所の設置・運営の訓練を実施しました。訓練終了後には反省会を開き、参加された



救護所テント作り



搬送トリアージ



院内での訓練

方々から様々なご意見・ご提案をいただきました。台東区では、今後もこうした訓練を実施し、災害時の医療救護活動の向上を図っていきます。

患者処置



救護所訓練開始

