



麻疹について

医師 前田 靖人

春から夏が流行の季節とされる「麻疹（ましん）」が、今年は例年以上に増えています。大分県でも、麻疹患者の発生が報告されました。今回は、「麻疹」についてお話していきます。

Q：麻疹ってどんな病気？

「麻疹（ましん）」とは、麻疹ウイルスによる全身性ウイルス感染症です。「はしか」とも呼ばれ、一般的にはこちらの方が知られています。

麻疹ウイルスの感染によって人から人にうつり、39℃以上の高熱が1週間以上続き、紅い発疹が出現、時には合併症で死亡することがある小児では重要な急性感染性です。感染性が著しく高く、空気中に浮遊している状態の、感染者のくしゃみや咳に含まれる「麻疹ウイルス」を吸い込むこと（空気感染）、もしくは、直接くしゃみや咳のしぶきを吸い込んで（飛沫感染）感染します。乳幼児の発病が目立ちますが、一般に出生後早期（4～6ヶ月まで）は、母体から移行抗体による免疫があるため、発病しません。

Q：どんな症状があるの？

①カタル期（2～4日）：麻疹患者と接触8～12日後に発熱、咳、鼻汁、結膜炎などのカタル症状が出現します。そして、一旦熱が下がったところに、口の中の頬粘膜に白い粟粒のような特徴的な「コプリック斑」が見られるようになります。この時期は普通の風邪と区別が付きませんが、ウイルスが大量に増えていて、他の子どもに感染しやすい時期です。

②発疹期（3～4日）：一旦下がった発熱が再び高熱となり（39～40℃）、同時に顔面から発疹が出現し、全身へ拡大します。発疹は、直径数mmの紅丘疹で、融合傾向があります。「コプリック斑」は発疹の最盛期には消失します。不機嫌、食欲不振が著明で、ぐったりしてきます。

③回復期（7～9日）：熱が下がり、発疹が消失しますが、発疹の色素沈着は残ります。

Q：どんな合併症があるの？

発症者の約30%が合併症を併発し、約40%が入院を必要としています。合併症として、中耳炎、肺炎、クループ症候群、角膜潰瘍、下痢、脳炎があります。特に脳炎が重要で、1/1000の頻度で発生し、死亡例や後遺症が残ることもあります。ワクチン接種でこうした合併症が予防できますので、ワクチン接種は重要です。

また、亜急性硬化性全脳炎（SSPE）という麻疹感染後7～10年してから発症する脳炎もあります。麻疹に罹患した人の数万人に一人が発症すると言われていています。

Q：治療方法は？

麻疹ウイルスに対する特異的な治療方法はなく、合併症に対して対症療法を行います。二次性の細菌感染を合併した場合は、抗生物質を使用します。全身状態が悪い時は、入院する必要があります。

家庭にいる時は、以下のことを心がけましょう。

- 眼が充血してまぶしがる時は、部屋を薄暗くすると楽になります。
- のどが荒れて、食欲が無くなります。口当たりの良いものにして、水分をしっかり摂るようにしましょう。
- ビタミン不足（特にビタミンA）におちいります。栄養価の高いものを与えましょう。

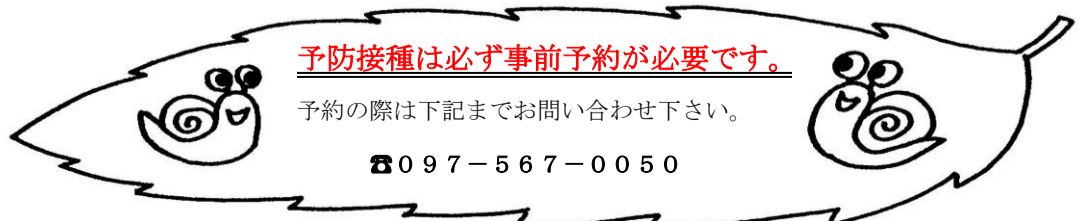
Q：予防方法は？

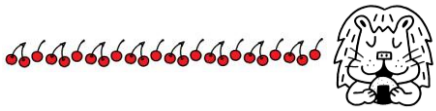
1歳代に麻疹にかかる可能性が高いので、1歳になったらなるべく早く麻疹風疹混合（MR）ワクチンを受けようようにしましょう。日本での定期接種は、第1期：1歳の誕生過ぎ早期、第2期：小学校入学前1年間の2回接種です。ガンマグロブリン製剤の注射を受けたことのある方は、治療終了後6ヶ月以上あけてから接種して下さい。

予防接種は必ず事前予約が必要です。

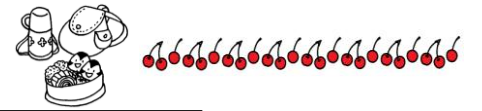
予約の際は下記までお問い合わせ下さい。

☎097-567-0050





食中毒を防ごう！！お弁当作りのポイント



お弁当は作ってから食べるまでに、時間があいてしまいます。梅雨時期から秋口までは、蒸し暑く、細菌が繁殖しやすい時期なので、とくに注意が必要です。手をきれいに洗い、調理器具も清潔なものを使うのは基本中の基本。細菌が繁殖しにくいようなお弁当づくりを心がけましょう。

●弁当箱の水分は完全に除く

弁当箱は熱湯を通し、ふきんではなく、『使い捨てのペーパータオル』などでふき取ります。

●ごはんもおかずも冷まして詰める

ごはんやおかずが温かいうちにお弁当箱に詰めてふたをすると、水滴がつき、細菌が繁殖しやすくなります。

ごはんもおかずも、別皿で完全に冷ましてから詰めましょう。ごはんは量が多く冷めにくいので、あらかじめバットや皿などに広げて冷ましておくとよいでしょう。

●汁気が出にくい工夫を

水分が多いおかずは腐敗しやすいため、汁気をしっかり切ることが大切なポイントです。煮汁が出やすい煮物などは、味付けを少し濃くし、お弁当に入れるときは汁気を切ります。



●おかずは種類別にしっかり仕切る

違う種類のおかず（食材）が隣り合わせになると、味が変わったり腐る原因になります。おかずは1種類ずつカップに入れるか、アルミホイルなどでしっかり仕切りをします。

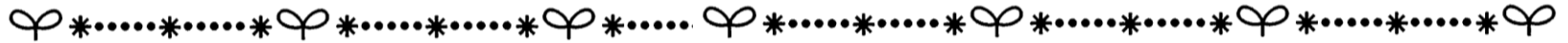
●保冷剤を上手に使う

弁当箱の上に保冷剤をのせたり、横につけた状態でふきんで包み、そのまま持って出かけるようにします。

●ごはんは梅干しを入れて炊く

ごはんに殺菌効果のある梅干しを入れるのは、お弁当の定番。でもこの方法では、梅干しのまわりだけしか効果はありません。そこで、ごはんを炊くときに梅干しを入れて、ごはんが傷みにくくなるうえ、味は酸っぱくならないので、子どもにも無理なく食べられます。

また、おにぎりを握るときはラップなどを利用し、直接手で触れないようにしましょう。



平成26年6月 医師のお休み予定



1	日		11	水	光武、桑門&久富(午前)、神菌(午後)	21	土	久富、大野、荒木、阿部&前田(午前)
2	月	前田、松岡、寺澤、桑門&伊藤(午前)、中嶋&荒木(午後)	12	木	松岡、前田、光武&久富(午前)、大野&中嶋(午後)	22	日	
3	火	久富、伊藤、寺澤、松岡	13	金	中嶋、大野、阿部、伊藤(午前)、荒木&前田(午後)	23	月	松岡、大野、桑門、伊藤
4	水	荒木、寺澤、桑門、久富、神菌(午後) 前田(午前)	14	土	神菌、桑門、中嶋、荒木	24	火	荒木、中嶋、大野(午後)、久富(午前)
5	木	中嶋、寺澤、桑門、光武(午前)、荒木(午後)	15	日		25	水	前田、阿部、荒木、神菌&伊藤(午後)、桑門&久富(午前)
6	金	松岡、桑門、神菌、荒木、大野(午後)、	16	月	荒木、桑門、光武、神菌、大野&松岡(午後)	26	木	光武、大野、中嶋、松岡(午前)、荒木(午後)
7	土	伊藤、大野、神菌、荒木	17	火	伊藤、松岡、久富&阿部(午後)	27	金	神菌、大野、光武、桑門(午後)、中嶋(午前)
8	日		18	水	前田、大野、伊藤、神菌(午後)、久富&中嶋&荒木(午前)	28	土	松岡、大野、神菌、光武(午前)、前田(午後)
9	月	荒木、光武、久富、中嶋	19	木	光武、荒木、前田、大野	29	日	
10	火	前田、伊藤、松岡、阿部(午後)	20	金	中嶋、大野、荒木、神菌&光武(午後)	30	月	中嶋、前田、大野(午後)、光武(午前)

※院長の予定は掲載していません。随時お問い合わせ下さい。

※業務の都合により休みが変更になることがあります。ご了承ください。

