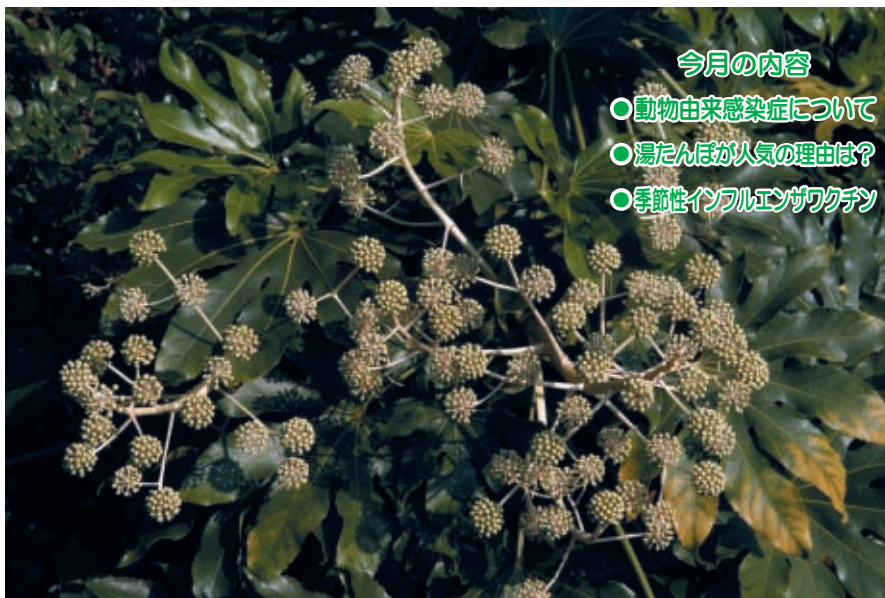


わたらの 健康とくすり

第170号



今月の内容

- 動物由来感染症について
- 湯たんぽが人気の理由は？
- 季節性インフルエンザワクチン

ヤツデ（ウコギ科）

掌状に切れ込んだ大型で厚い葉を持つ植物です。日本原産で、海岸に近い林の中に自生しています。日本ではあまり大切にされませんが、江戸時代にヨーロッパに紹介されて、かの地では観葉植物として大切にされています。民間で茎葉を煎じて咳き止めにしますが、飲むと吐き気を催すことがあるので、お勧めできません。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2010年2月発行

東京都八王子市館町1097 電話042-666-0931

茂木 徹

協力 八王子薬剤師会



疾患シリーズ

動物由来感染症について

動物由来感染症とは

動物から人に感染することがある病気をまとめて「動物由来感染症」と言います。「人畜共通感染症」や「ズーノーシス」と言われることもあります。この「動物由来感染症」という言葉は、厚生労働省が人の健康問題という観点で定義した言葉です。動物由来感染症は、世界保健機構(WHO)で確認されているだけでも150種類以上あります。感染の経路により、動物から人へ直接感染する「直接伝播」、水やダニ、食べ物などを介して感染する「間接伝播」の大きく2つに分けられます(表)。

表 伝播経路と動物由来感染症

伝播経路		具体例	動物由来感染症の例
直接伝播		かまれる なめられる 引っ掻き傷 排泄物	狂犬病 バスタツラ症 猫ひっかき病 トキソプラズマ症、回虫症
間接伝播	ベクター媒介	ダニ 蚊 ノミ ハエ 巻き貝	ダニ媒介性脳炎 日本脳炎、ウエストナイル熱 ペスト 東洋眼虫症 日本住血吸虫
	環境媒介	水系汚染 土壌汚染	クリプトスポリジウム症 炭疽
	動物性食品媒介	肉 鶏卵 魚肉	腸管出血性大腸菌感染症、E型肝炎 サルモネラ症 アニサキス症

動物由来感染症ハンドブック2009より一部改変

日常生活での注意

予防するために、日常生活では以下のようなことに注意しましょう。

- ・イヌの予防注射と登録
狂犬病予防のためのワクチンがあります
- ・動物との過剰な触れ合いは避けましょう
細菌やウイルスが、動物の口の中や爪の中に入ることがあります。
- ・動物に触ったら必ず手を洗いましょう
知らないうちに唾液や粘液に触れたりすることもあるので、必ず手を洗いましょう。
- ・動物の身の回りは清潔にしましょう
飼っている動物は、清潔にしておきましょう。

必要以上に恐れて、「動物に近寄らない、ペットは飼わない」と考えることはありません。動物由来感染症を知り、予防法を実行することで、これらの感染症を防ぐことができます。



ちょっとお耳を……

湯たんぽが人気の理由は??

昔ながらの暖房器具「湯たんぽ」が今脚光を浴びています。これまでの古いイメージが一押し、環境や健康志向の高まりの中、手軽さにおしゃれ感も加わり、なじみの薄かった若者にも浸透しています。そこで、「湯たんぽ」人気の理由をご紹介します。

★湯たんぽの歴史

寝床で体を暖める道具の一つとして、昔からある湯たんぽですが、熱源が手軽に手に入るお湯なので、元禄年間には既に使われていたそうです。「たんぽ」という名前は中国語で湯たんぽを表す「湯婆」の唐音「tangpo（タンポ）」から来たという説があります。かつては陶製のものが主流でしたが、昭和初期から金属製が出回り、今では様々なタイプの湯たんぽが販売されています。

★湯たんぽの利点

電気毛布などの電気製品と比べた湯たんぽの利点を以下にあげます。

- ・皮膚や、喉が乾燥しない。
- ・電気の消し忘れがないので安心。
- ・電磁波が発生しない。
- ・だんだんと温度が下がるので、低温やけどしにくい（低温やけどについては157-3をご参照下さい）。
- ・電気代がかからない。
- ・翌朝残り湯が使える。
- ・電源不要のため、屋外でも簡単に使える（阪神大震災時にも大活躍しました）。

★湯たんぽの種類と特徴

1. 陶器の湯たんぽ：保温性が高く、遠赤効果もあります。
2. 銅製の湯たんぽ：熱伝導率が高いため、すぐに温まる。保温性が高く、冷めにくい。
3. アルミニウムの湯たんぽ：軽く、値段がお手ごろですが、冷めるのが早い。
4. 天然ゴム製の湯たんぽ：熱伝導率が低いため、温まりにくく、冷めやすい。やけどの心配がないため、子供や病人に安心して使える。また、使用後の保管がコンパクトで、錆びない。
5. プラスチックの湯たんぽ：錆びない上に、軽く、保温力もある。
6. 電子レンジ加熱式湯たんぽ：湯を沸かす手間がなく、繰り返し使えてお手軽。

最近では、湯たんぽのサイズも豊富で、おしゃれな湯たんぽカバーなども様々あります。冬場のスポーツ観戦や、夏場のキャンプなど、屋内外、シーズンを問わず活用できる「湯たんぽ」、一度試してみたいはいかがでしょうか。

※※湯たんぽを使用の際は使用上の注意をよく読んでお使い下さい。



おくすりQ&A

季節性インフルエンザのワクチンについて教えてください

季節性インフルエンザの予防法の一つとしてワクチンの予防接種があります。今回はこのワクチンの予防接種についてQ&Aでお答えします。

Q：予防接種は、なぜ毎年しなければならないのでしょうか？

A：インフルエンザウイルスの遺伝子が変化しやすく、92%くらい遺伝子が変化してしまうと、以前に予防接種を受けたときの免疫が効かなくなってしまうからです。毎年予防接種を受ける事によって、流行するウイルスに対応した免疫をつける事ができます。

Q：インフルエンザが流行してから予防接種するのでは効果ないのか？

A：インフルエンザワクチンを接種してから効果がでるのに2週間ほどかかります。少しでも抗体価が上昇していれば、症状がその分重くはなりません。過去にかかった同じようなウイルスの型ならば接種後、1週間ほどで上昇しますが、その間に感染する可能性はあります。

Q：インフルエンザワクチンを打ったのに“かぜ”をひいたのはなぜか？

A：インフルエンザのワクチンは普通の“かぜ”（普通感冒）に効果はありません。アメリカの報告では、インフルエンザワクチンの予防効果は健康な成人では、70～90%と高い効果が認められています。また、ワクチン接種は高齢者の死亡の危険を約80%減らすなど、重症化を防止する効果もあります。

Q：インフルエンザワクチンの接種は2回したほうがいいのか？

A：ワクチンには2回接種する場合と1回接種（中学生以上は1回でもよい）する場合があります。以前接種した時に体調を崩したことがあったり、現在の体調がよくない場合は、接種回数を減らすこともあります。また、最近インフルエンザにかかったり、昨年インフルエンザの予防接種を受けている人は、体の中にすでにある程度の免疫ができていますので、1回の接種でも十分な効果を得られる場合もあります。何回接種するかは、最終的に医師と相談して決めて下さい。

Q：インフルエンザの予防接種をしたときの副反応はなにか？

A：一般的に副反応は軽微です。主な副反応は接種局所の反応で、発赤、腫脹、疼痛をきたすことがあります。2～3日で消失します。その他に、発熱、頭痛、悪寒、倦怠感などもまれに起こります。極めてまれですが、死亡例の届け出もあります。

これまでの我が国での統計では、インフルエンザワクチンによる可能性があると認定された死亡事故は、約2,500万接種あたり1件です。