

健康 と 笑顔

健康ZOOM UP
意外と知らない結膜炎
専門医を受診し、正しい治療を

ホームドクターに聞く!
健康アドバイスQ&A

ぶらり湯けむり紀行
吟湯 湯治聚落

コラム
平成30年度 国民健康
保険制度の変更について

一般社団法人神戸市医師会

〒650-0016 神戸市中央区橋通4丁目1番20号 TEL(078)351-1410
ホームページ <http://www.kobe-med.or.jp/>

特集

「小児科由来の感染症の大人への影響」
麻疹や風疹に、なぜ大人が感染するのかわか？
大人が感染した時の症状、問題点について
正しく学びましょう。



【小児科由来の感染症の大人への影響】

ましん ふうしん

麻疹や風疹に、なぜ大人が感染するのか？

大人が感染した時の症状、問題点について正しく学びましょう。

「一度感染すれば免疫がついて二度とかからない」と言われる麻疹(はしか)や風疹(三日はしか)ですが、「かかったつもりが麻疹や風疹でなかった」という場合もあります。風疹や麻疹を予防するために病気を正しく理解し、かかった場合は拡大させないように心掛けることが大切です。



なぜ大人がかかるのか？

かつて麻疹や風疹など小児の感染症は感染力の強い病気で、全国で流行を繰り返していたので、ほとんどの人が幼少期に罹患し、免疫を獲得していました。その後、ワクチン接種が普及し、多くの人がワクチンを接種したことで流行が途切れ始め、

ワクチン接種をしていない人が小児期に罹患せずに大人になったり、ワクチンで得た免疫だけで大人になる人が多くなりました。その結果、大人でも免疫が全くなかったり、ま

た、ワクチン接種だけでは免疫が大人までもたない場合があるため、流行地に渡航したり、日本で流行が起れば大人でも発症してしまう人がでてくるのです。

麻疹

麻疹ウイルスによってかかる感染症で、咳やくしゃみなどの飛まつ感染のほか、空気感染に気をつけなければならず、感染力が非常に強いです。

麻疹にかかると初期には鼻水、高熱、そして口内(頬の粘膜部分)に白

い斑点(コプリック斑)が生じます。初期症状が2〜3日続くと、一旦少し熱が下がりますが、再び高熱が出て、全身に発疹が現れます。発疹が出てから3〜4日で熱は下がり、発疹も1週間ほどで消えます。麻疹が重症化すると、中耳炎や肺炎、まれに脳炎などの合併症が生じることがあります。高齢者や免疫力が弱い方は注意が必要です。また妊婦さんがかかると、早産や流産を起す危険性があります。

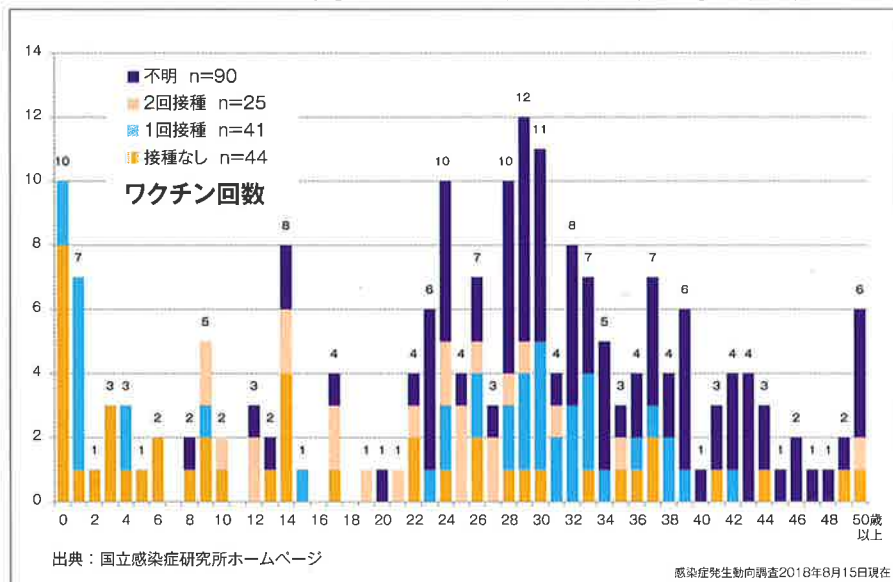
大人では免疫は持っているけれど

も不十分な人が麻疹ウイルスに感染した場合、軽症で非典型的な麻疹を発症することがあります。このような場合を「修飾麻疹」と呼びます。例えば、高熱が出ない、コプリック斑が出現しない、発疹が手足だけで全身には出ないなどです。症状が典型的でないため、時に診断が難しく、感染力は弱いものの周囲の人への感染源になるので注意が必要です。

麻疹の治療として特効薬はありません。熱などの症状を軽減するために解熱剤など症状に合わせた治療を

年齢群別接種歴別麻疹累積報告数 2018年 第1~32週 (n=200)

Cumulative measles cases by age and vaccinated status, week 1-32, 2018 (as of August 15, 2018)



害をもった赤ちゃんが

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

害をもった赤ちゃんが

内障、そして精神や身

体の発達の遅れ等の障

風疹

風疹ウイルスによっておこる感染

行います。麻疹の感染を防ぐために最も効果的なのはワクチン接種です。大人になっても免疫が不十分であればワクチン接種を受けることはできますので、不安を感じる方は、ぜひ一度医療機関で相談してください。

症で、飛まつ感染によって拡がりま
す。感染力は、麻疹や水痘(水ぼうそ
う)ほどは強くありません。主な症状
として発疹、発熱、リンパ節の腫れが
認められます。ウイルスに感染して
も明らかな症状がでないことがいま
ま免疫ができてしまう(不顕性感染)
人が15~30%程度いるようです。風
疹の症状は子どもでは大半が比較的
軽いのですが、まれに
脳炎、血小板減少性紫
斑病などの合併症が発
生することがありま
す。大人がかかると、
発熱や発疹の期間が子
どもに比べて長く、関
節痛がひどいことが多
いとされています。さ
らに妊娠20週頃まで
(特に妊娠初期)の女性
が風疹にかかると、胎
児が風疹ウイルスに感
染し、難聴、心疾患、白
内障、そして精神や身
体の発達の遅れ等の障
害をもった赤ちゃんが

生まれる可能性があります。これら
の障害を先天性風疹症候群とい
います。妊娠前に2回(子ども頃も
含めて)のワクチン接種を受けるこ
とで、妊娠中に風疹にかかること
を予防できます(ただし妊娠中は風
疹のワクチン接種を受けることはで
きません)、妊婦以外の方がワクチン
接種をしっかりと受けることで妊婦に
風疹をうつすことを予防できます。
治療については風疹にかかった場
合も麻疹と同様に特效薬はありま
せんのでワクチンによる予防が非常
に大切です。

その他の感染症

麻疹、風疹の他にも百日咳、水痘、
流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)な
どは現在ワクチンがある感染症で
すが、子どもの間で流行することが
多いです。麻疹、風疹と同様に、大
人でもワクチン接種をしていなくて、
小児期に罹患していなかったり、ワ
クチン接種をしていても免疫が不十
分であれば感染することがありま
す。また、ワクチンはありませんが、

マイコプラズマ、A群溶血性レンサ
球菌咽頭炎、RSウイルス感染症、
伝染性紅斑(りんご病)、手足口病、
ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱なども
子ども間で流行する感染症で大
人も感染することがあります。

まとめ

子どもの感染症は大人も感染す
る可能性があるということを知って
おく必要があります。

ワクチンがある感染症については
予防が可能です。自分に免疫がある
かどうかは抗体の検査を受けるこ
とで調べることができ、結果次第で
ワクチン接種を受けられる場合があ
りますので不安に感じられる方は
一度医療機関にご相談ください。
また、これらの感染症に罹患した
場合に大人では子どもと少し症状
が異なる場合もありますので流行
期に体調を崩した場合には医療機
関を受診するようにしてください。

(神戸労災病院 総合内科 大西貴久)

意外と知らない結膜炎 専門医を受診し、正しい治療を

けつまくえん

よく耳にする「結膜炎」。
昔から「はやりめ」と呼ばれ、
周囲に感染しやすいものから、
アレルギーが原因でおこるものまで、
多くの種類があります。
まずは結膜の構造からお話しましょう。



の場合は視力低下を伴いますの
適切な治療が必要です。

●結膜とは
強膜(白目の部分)とまぶたの裏
側を覆っている半透明な薄い膜のこ
とです。この膜によって、眼球を上
下左右なめらかに動かすことがで
きます。また、涙液の層を維持し
て、眼を守るといふ大切な役割を
担っています。しかし、外界に接し
ているため、細菌やウイルスにばく
露される機会が多く、感染が起こ
りやすい場所でもあります。

す。抗生物質の点眼薬を使用する
ことで比較的短期間で治ります。

②クラミジア結膜炎…クラミジア
トラコマティス感染による結膜炎
で、症状は充血、目ヤニ、眼痛、異物
感です。クラミジアに有効な抗生
物質で治療できますが、完治する
までかなりの時間を要します。

◇咽頭結膜炎…夏場にプールで広
まることが多いことから「プール
熱」とも呼ばれ、アデノウイルス
(3型や7型)が原因です。感染
して5〜7日の潜伏期間を経て
発症します。症状は、充血や目
ヤニだけでなく、のどの痛みや発
熱などかぜの症状を伴うことが
あります。多くは2週間程度で
軽快します。

うち吸収されます。発症後約1
週間から10日で軽快します。

これらのウイルス性結膜炎には今
のところ有効な薬剤がありません。

●結膜炎とは

③ウイルス性結膜炎…ウイルス感
染による結膜炎です。原因となる
ウイルスの種類は多数ありますが、
代表的な3つについて説明します。

◇急性出血性結膜炎…エンテロウ
イルス70型やコクサッキーウイル
スA24変異型の感染による結膜
炎です。感染して、約1〜2日と
いう短い潜伏期間で発症し、充
血や目ヤニといった症状に加え、
鮮やかな結膜下出血を起こすの
が特徴です。出血が起きると白
目が真っ赤になります。その

1)「よく手を洗う」洗った後はタオ
ルを使用せず、使い捨てのペーパ
ータオルがよいでしょう。

結膜に炎症が生じた状態のこと
で、大きくは感染性と非感染性
(アレルギー性)に分けることがで
きます。

◇流行性角結膜炎…昔から「はや
りめ」と呼ばれるもので、アデノ
ウイルス(8型や9型)が原因で
す。感染して1週間前後の潜伏
期間を経て発症します。10日か
ら2週間前後で軽快しますが、
充血、目ヤニ、眼痛、まぶたの腫
れなど症状は強く、角膜(黒目)
に濁りを起こすこともあり、そ

2)「目をこすらない」目ヤニが気
になるときはティッシュでやさし
く拭い、その後ティッシュはビニ
ール袋にいれて破棄しましょう。

3)「タオルの共用は避けて」お風
呂はひかえてシャワーのみにし
ましょう。家族内でのタオルの
共用は避けましょう。

《感染性》

①細菌結膜炎…細菌(黄色ブドウ球
菌やインフルエンザ菌など)感染によ
る結膜炎で、症状は充血や目ヤニで

ら2週間前後で軽快しますが、
充血、目ヤニ、眼痛、まぶたの腫
れなど症状は強く、角膜(黒目)
に濁りを起こすこともあり、そ

3)「タオルの共用は避けて」お風
呂はひかえてシャワーのみにし
ましょう。家族内でのタオルの
共用は避けましょう。

共用は避けましょう。

ぎんとう
吟湯
とうじしゅうらく
湯治聚落

ぶらり
湯けむり
紀行

中国自動車道「神戸三田IC」からほど近い「吟湯 湯治聚落」は、近代的な入浴施設を備えながらも、内装には木材をふんだんに使用するなど、文字通り山間の湯治場を思わせる佇まい。館内には美肌の湯といわれるアルカリ性単純温泉の源泉内湯をはじめ、高濃度炭酸泉の源泉外湯、寝湯やサウナなどがあり、名物の「神思汗盤」は岩盤の放つ遠赤外線が発汗や新陳代謝を促す岩盤浴場。広々とした空間でゆっくり寝そべりながら岩盤浴を楽しめる温汗盤(室温50~55度)と75~80度に達する熱汗盤がある。レストラン「飯家吟陶」、カフェ「マサグラン」はいずれも古木を贅沢に使ったシックな造りだ。イオンモール神戸北・神戸三田プレミアムアウトレットから約500mの徒歩圏内なので、入浴前後にショッピングなどを楽しんでみるのもお勧め。



施設外観



源泉外湯



源泉内湯

泉質等/アルカリ性単純温泉(低張性・アルカリ性・低温泉)
効能/神経痛、筋肉痛、関節痛、関節のこわばり、慢性消化器病、痔疾、冷え症、病後回復期などの健康増進

Information

営業時間/10時~23時(最終受付22時30分)
定休日/第3木曜日
料金/中学生以上850円、3歳~小学生400円、2歳以下無料
※岩盤浴:中学生以上650円(小学生以下は入室不可)
※レンタルバスタオル・フェイスタオルセット(250円)
※無料駐車場(約240台)



TEL078-986-5000
神戸市北区上津台5丁目5-1
アクセス/三宮バスターミナルから神姫バス特急「イオンモール神戸北」下車、徒歩約10分。JR三田駅10番乗り場から67番で「イオンモール神戸北」下車、徒歩約10分。神戸電鉄岡場・神鉄道場駅からもバス便あり、いずれも「イオンモール神戸北」下車。車で中国自動車道「神戸三田IC」から約5分、「西宮北IC」から約15分。六甲北有料道路「長尾ランプ」から約1分。

4)「学校や幼稚園はお休み」眼科医が許可するまで学校や幼稚園はお休みです。
《非感染性(アレルギー性)》
アレルギー反応による結膜炎のことです。「アレルギー」とはある特定の物質に対して身体が過敏に反応すること(アレルギー)の原因となる物質(アレルゲン)が結膜に入ると、かゆみや充血、まぶたの腫れなどが起こります。季節とは関係なく症状が出るものを通年性アレルギー性結膜炎といい、花粉などが原因で特定の季節

節にのみ症状が出るものを季節性アレルギー性結膜炎といいます。◇通年性くしゃみやカビ、ハウスダストが原因である場合、こまめな掃除を心がけましょう。コンタクトレンズが原因であることも多く、この場合、レンズに付着している汚れによるものと、レンズの素材そのものによるものがあります。◇季節性く原因となる花粉にスギやヒノキ(春の花粉症)、ブタクサやヨモギ(秋の花粉症)などがあ

り、鼻炎を伴うことが多いです。外出時には眼鏡やマスクを着用し、帰宅時には衣類や髪に付着した花粉を払い落としましょう。治療は、アレルギーを抑える抗アレルギー点眼薬を使用します。症状が強い場合は、ステロイド点眼薬を使用しますが、ステロイド点眼薬は緑内障を誘発するなどの副作用があるため、経過観察を行いながら使用します。点眼薬だけで症状が治まらないときには、抗アレルギー薬を内服することもあります。

●まとめ
「結膜炎」は充血と目ヤニが特徴的ですが、これだけ多くの種類があり、症状だけでは自己判断ができません。「ありふれた病気」「表面だけの病気」と軽く思われがちですが、治療が遅れると混合感染や角膜(黒目)混濁など、視力低下につながるおそれもあります。早めに眼科を受診し、適切な治療を受けましょう。

(まつお眼科 松尾洋子)

ホームドクターに聞く! 健康アドバイス Q&A



インフルエンザの予防接種を受けていても、インフルエンザにかかることがあると聞きま
した。インフルエンザについて教えてください。(20代男性)



冬になると流
行するインフル
エンザ。ウイル
スによる感染症で、熱が出たり喉が痛
くなったり、寒気がするのが特徴です。

予防のためにはワクチンが用いられ
ますが、ワクチン、本当に効いているの
でしょうか。ワクチンを打ったのにイン
フルエンザになっちゃったとか、今年の
ワクチンは効いてない、なんて話を聞
いたことがありますか？

実はワクチン、効いているんです。例
えば、アメリカのCDCという専門機
関の発表によると、2006-7年か
ら2017-18年まではインフルエン
ザワクチンは程度の差こそあれ、毎年
効果を示していました。(https://www.
cdc.gov/flu/professionals/vaccination/
effectiveness-studies.htm) 残念ながら
その効果は100%ではないので、
どうしても「ちょっとイチャ」な感じを
受けることもあるのですが、効果は
はじまりています。だから、多くの方
に毎年推奨されているのです。

また、日本では12歳までの子どもに
はワクチンを2回、13歳以上は1回接
種することが多いですが、海外では生
まれて初めてのワクチンを2回、その
後は毎年1回でよいとしている国が
多いです。このほうが受診回数が少な
くて便利です。働くお母さんたち
にも優しいです。インフルエンザワク
チンは世の中のワクチンのなかで最も
安全性が高く、多くの人にオススメで
す！

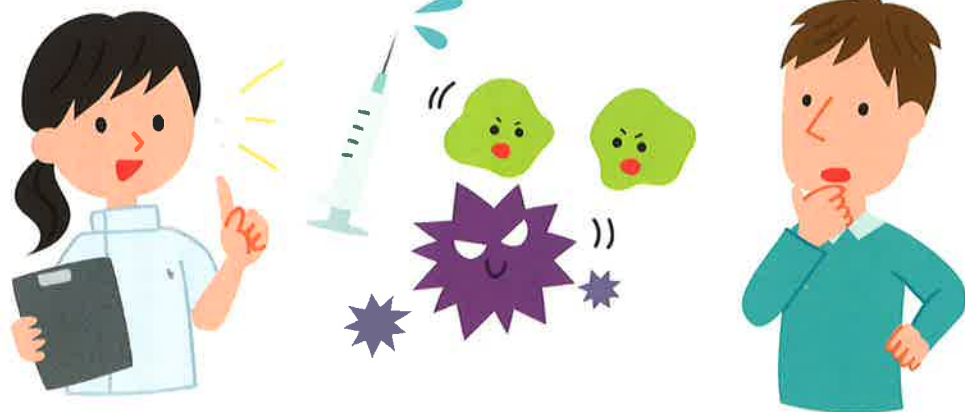
インフルエンザに効く治療薬もた
くさんあります。一番古くて歴史が
あるのが、「オセルタミビル(原名)」と
呼ばれる飲み薬です。インフルエンザ
は発症してから治るまでだいたい5
日くらいかかることが多いのですが、
「オセルタミビル」を飲むと治療まで
の時間は1日くらい短くなります。苦
しい時間が減るので便利といえれば
利です。

「オセルタミビル」のあとにもいる
いろいろな種類のインフルエンザの治療薬
が開発、発売されていますが、どれも

効果は似たり寄ったりで、「オ
セルタミビル」以上の効果を
示すものはありません。少し
前までは神経などの副作用も
心配されて、思春期前後の人
は飲まないほうがよいので
は、と言われていましたが、最
近の研究では大きな問題はな
さそうだ、ということでも飲ん
でもよいことになりました。

もちろん、副作用が心配な方
は、薬を飲まなくてもたいて
いは自然に治りますから、い
ろいろお医者さんに相談して
みてください。

(神戸大学大学院医学研究科
微生物感染症学講座 感染治
療学分野 教授 岩田健太郎)



コラム Column



平成30年度 国民健康保険制度の変更について

国民健康保険制度が平成30年度(本年)より変更になりました。国民健康保険の財政不安解消のために、今年から運営主体が市町村から都道府県に移行され、神戸市においても兵庫県が運営主体となりました。そこで被保険者証も名称が国民健康保険者証から兵庫県国民健康保険者証と改められ、保険者証への記載もそのように変更になりました。

○保険料はどうなりますか？

保険料の徴収や、諸手続きの窓口は今ままであり神戸市各区の区役所です。所得控除や保険料の見直し・増減などの変更がありますのでご注意ください。ご不明な点は神戸市総合コールセンターや各区の保険年金医療課国保年金係までお問合わせください。

○変更はいつから？

まず高齢受給者証は7月下旬に斉更新になっています。11月には一般の被保険者証も更新されたまわのよう留意ください。

○高額医療費の自己負担額

全般的に自己負担額が引き上げられています。特に高齢者の現役並み所得者での自己負担額が負担増になっています。

神戸市医師会は、これまでも国民健康保険制度の見直しで自己負担額の過度な増加につながらないように、その都度行政に意見を申し入れてきました。今後市民目線にたつて保険診療が適正・適切に運用されるよう、神戸市・兵庫県行政に働きかけていきたいと考えています。

Present

抽選で1,000円分の
図書カードを20名様にプレゼント



応募方法

左のハガキに必要事項を記入し切手を貼ってお送りください。12月31日必着。当選者へは1月中に賞品を発送します。なお、当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

1.「健康と笑顔」はどこでお持ち帰りになりましたか？

- ① 病院・診療所
- ② あんしんすこやかセンター
- ③ その他 ()

2. 今号の「健康と笑顔」で興味のある記事は？

- ① 特集 小児科由来の感染症の大人への影響
- ② 健康ZOOM UP 結膜炎
- ③ 湯けむり紀行
- ④ ホームドクターに聞く! 健康アドバイスQ&A
- ⑤ 平成30年度 国民健康保険制度の変更について

3. 本誌の感想、今後取り上げてほしいテーマなどがございましたら、ご記入ください。

看護師を目指してみませんか？

あなたの優しさを力に
社会を癒す資格を取ろう



3年課程 全日制

学校長推薦 試験日=平成30年11月10日(土)
 社会人入学 試験日=平成30年11月10日(土)
 一般入学 試験日=平成31年 1月12日(土)



詳しくは本校にお問い合わせください!

神戸市医師会看護専門学校

神戸市西区学園西町4丁目2番

☎078-795-4884

●救急安心センターこうべ 【365日・24時間対応の救急相談】

平成29年10月2日より、
救急安心センターこうべが始まりました。

「夜中、熱が下がらない。救急車呼ぶ？
診てくれる病院は？」

#7119
救急相談ダイヤル

一迷ったら、救急相談ダイヤル「#7119」へお電話をー

☎#7119 (つながらない場合は 078-331-7119)

・休日急病電話相談センターは、平成29年9月末をもって廃止されました。

●神戸こども初期急病センター こども急病電話相談

☎078-891-3499

(看護師による小児救急医療に関する助言)



受付時間

月～金曜日 / 20:00～翌朝7:00

土曜日 / 15:00～翌朝7:00

休日・年末年始 / 9:00～翌朝7:00

郵便はがき

62円切手を
お貼りください

6500016

神戸市中央区橘通4丁目1番20号
一般社団法人神戸市医師会
「健康と笑顔」プレゼント係

ふりがな		性別	男・女
お名前		年齢	歳
ご住所	〒		
電話番号	()		

※ご記入いただいた個人情報はプレゼントの発送以外には使用しません。