



地球温暖化も一つの理由でしょうが、今年の夏は猛暑が続き、熱中症や食欲不振で体調を崩した方が例年以上に多数おられました。最近やっとな秋らしいさわやかな日が増えてきました。運動をしやすい気候です。真夏に家でなにもせず、じっとしていた方も、これからは体力維持、健康のために体を動かしましょう。

成人の予防接種について

我が国ではお子様の場合は定期接種として行われる予防接種の対象疾患が 13 種類もあります。水痘ワクチンや B 型肝炎ワクチンは比較的最近定期接種になりました。ところが日本脳炎に関しては平成 17 年に日本脳炎ワクチンの積極的勧奨が差し控えられたために年代により 3 回の接種のどれかが行われていない可能性がありますので、その対象者につきましては毎年 18 歳になる時に接種の勧奨を行うことになっています。その他任意接種（自費で行う）が主なものでもインフルエンザ、おたふくかぜ、ロタウイルスなどがあり、大変な数の予防接種があり、すべての接種を行うのが時間的に大変なようです。

大人の場合は従来より行われていた季節性インフルエンザワクチンに加え、肺炎球菌ワクチンが国の助成となって実施されています。またマスコミで話題になっている風疹ワクチンが助成の対象となる場合があります。さらに最近推奨されるワクチンとしては帯状疱疹に対する水痘ワクチンが話題となっています。この 4 種類のワクチンについて簡単に説明いたします。

1) **季節性インフルエンザ**：毎年多くの方が接種を受けています。最近インフルエンザに季節性がなくなりつつあり真夏に罹患する方も時々おられ、高熱の患者さんが受診されたときには私どもも検査をお勧めすることがあります。任意接種ですが 65 歳以上の高齢者は 10 月 1 日から来年 1 月 31 日まですずきクリニックだけでなくご希望の 23 区内の指定医療機関のどちらでも受けられます。助成があり費用は 2500 円です。北区在住の 72 歳以上の方と生活保護受給者様は自己負担費用が免除されます。それ以外の方は自費となりますが当院では 4500 円の負担が必要です。いつからインフルエンザが流行するかは予測はできないのですが、流行前に接種を受けることをお勧めします。最適の接種時期は 11 月と考えています。

2) **高齢者の肺炎球菌感染症**：肺炎球菌による肺炎の予防のため肺炎球菌ワクチンを接種します。現在肺炎球菌ワクチンには 2 種類のワクチンがあります。ニューモバックスとプレベナーですが定期接種の場合はニューモバックスを使用します。原則 65 歳以上の方で初回接種に限り 4000 円の助成が受けられます。このワクチンの効果は一応 5 年とされています。5 年後には再接種が必要となりますがこの時はプレベナーの投与を希望者には行うことができます。ニューモバックスとの違いは一応 1 度の接種でよいとされていますが接種費用は高くなります。

3) **風疹**：最近風疹の流行が盛んに報道されているのをご存知の事と思います。風疹そのものの症状は比較的軽症ですが問題点は妊婦が妊娠初期に感染すると胎児に感染し先天性風疹症候群（難聴、先天性心疾患、白内障等）が高い確率で発生することです。特に公的接種を受けていない男性を中心としてここ数年風疹が流行しましたので厚労省はこの年代の男性を定期接種の対象としました。40 歳～57 歳までの男性で接種を希望の方は区役所に問い合わせてください。またこれとは別に北区独自に S37/4/2～H12/4/1 の間に生まれた男性女性を対象として、1) 妊娠を希望する女性 2) その女性と同居している男性 3) 妊婦と同居している男性に接種を勧めています。風疹の抗体価の低い方には予防接種を行います。ただし北区に住民票がないと補助は受けられません。

4) **帯状疱疹**：帯状疱疹の原因は水痘（みずぼうそう）と同じ水痘・帯状疱疹ウイルス（VZV）によります。VZV は初感染で水痘を発症させ、水痘治癒後も脊髄の神経節に長期間潜伏します。加齢、過労、免疫力低下などで潜伏していた VZV が再活性化し帯状疱疹を発症します。高齢者にこのワクチンを接種した場合細胞性免疫が上昇するので帯状疱疹の予防効果が生じます。但し任意接種のため自費接種となります。当院では 7700 円です。

予約診療について

既にお知らせしましたように 11 月診療分からは受診された日に次回の予約をお取りします。電話予約はできません。予約の方を優先順に拝見しますが、予約がなくとも従来どうり予約の方の間に順次診察しますのでご安心ください。しばらくの間混乱があるかもしれませんが、ご容赦ください。少しづつ良いシステムにしたいと考えています。