

◇◇ 医療情報 ◇◇

鳥インフルエンザ
指定感染症に

政府は五月三〇日の閣議において、新型インフルエンザへの変異が懸念されるH5N1型の、高病原性鳥インフルエンザを、患者の強制的な入院や就業の制限などの措置をとることが可能になる、感染症法の「指定感染症」に指定することを決定した。

六月二日に公布、十二日に施行する。指定は原則一年間で、一年に限り延長できる。指定により、感染の疑いのある人に強制的に健診を受けさせたり、死体の移動禁止や交通遮断をしたりできる。

また、四月から自己負担の任意接種となった麻疹、風疹それぞれの単独ワクチンを、公費負担の定期接種として復活させることも閣議決定した。六月二日に公布、施行する。

ニコチンパッチ
健康保険適用に

川崎厚生労働大臣は、禁煙時に体内のニコチン濃度が低下する際の禁断症状を抑える「ニコチンパッチ」を、六月から健康保険の対象とすることを明らかにした。

「ニコチンパッチ」は、ニコチンを皮膚から体内に吸収することにより、ニコチン切れによる症状を緩和する、張り薬。医師の処方箋が必要で、約八週間にわたって段階的

にニコチンの量を、減らしながら治療する。ニコチンパッチの価格は、八週間で二万円を超えるが、健康保険が適用になれば、自己負担は原則三割になる。

今年の四月から、禁煙治療に健康保険が適用されるようになったが、肝心の治療薬である「ニコチンパッチ」が保険適用外であったため、「ニコチンパッチ」を使う治療は「混合診療」とされ、薬以外のカウンセリング部分までが全額自己負担となり、医療現場では混乱していた。今回、ニコチンパッチの保険適用が認められたことは、禁煙した禁煙したい人には大きな朗報になる。

五月三十一日は「世界禁煙デー」、厚生労働省は五月三十一日から六月六日までの「禁煙週間」のテーマを「やめたい人を手助けする禁煙支援」とした。保険適用の範囲拡大は「禁煙支援」と言えそうだ。

多剤耐性緑膿菌

院内感染か？

埼玉医科大学でこの二年間で、多剤耐性緑膿菌に二〇〇人が感染したという。この菌は抗生物質もダメで治療薬がない。健康な人は感染の心配が少ないが、病弱者や高齢者が感染すると、肺炎や敗血症になることがある。埼玉医科大学では、二二人が肺炎や敗血症になり六人が亡くなっている。新しい調査では五〇〇人以上の人が感染しているそうだ。院内感染の恐れがあり、適切な対応が望まれる。

高齢者

嚥下障害で肺炎の恐れ

年をとつて思うように動かなくなるのは、手足の筋肉ばかりではない。物を食べてのみ込む嚥下運動も、加齢とともに機能が低下するリスクをはらんでいる。「食べる」という、生きる上でとても大切な楽しみが奪われるばかりでなく、最悪の場合、誤嚥性肺炎を引き起し、死を招く危険性もある。

杏林大学医学部高齢医学講師の長谷川浩医師は「高齢者の肺炎といえば、かつては冬の病気という印象だったが、最近はそのとも言えないです」と語る。季節に関係なく肺炎を繰り返す人が増え、多くは誤嚥性肺炎という。

機能が衰えることよって、気道に食物が落ちてもむせずに、肺炎になって初めて誤嚥していたことが分かるケースもある。長谷川医師は、こうした「不顕性誤嚥」の患者が、かなり埋もれているとみている。

摂食・嚥下障害を長年研究する愛知県立看護大の鎌倉やよい教授の看護グループは、「在宅高齢者のための嚥下障害リスク評価尺度」という十七項目の質問票を作った。各項目について「いつもある」を三点、「時々ある」を二点、「まれにある」を一点、「ほとんどない」を零点とし。合計点数が四点以上なら「リスクあり」と判定。まずは自分で判定し、もし、可能性が高いと感じたら、かかりつけの医師に相談してみるとよい。

摂食、嚥下障害看護に力を入れている東名厚木病院の小川看護師に、高齢者が自宅で気軽にできる嚥下機能を強化するための代表的な訓練方法を五つ選んでもらった。

- (1) 初めに頸部などの緊張をほぐし筋肉を強くするため、頭を前後、左右に動かす。
 - (2) 次は舌の可動域を広げ、食べ物の咀嚼や送り込みを良くさせるための運動。舌をべっと思い切り出し、左右上下に動かす。
 - (3) 唇や頬の筋肉を強くするため、唇を強く閉じて、ほっぺたを膨らませたり、へこませたりする。
 - (4) 吸った息をゆっくり吐く(ソフトブローイング)
 - (5) ふうつと勢いよく吐く(ハードブローイング)
 - (4) と (5) はいずれも呼吸機能を高め、のどの周囲の筋肉を強化する。小川看護師は「これだけでも、かなり違います。回数は多いほうがよいですが、一日に三回できれば上出来」と話す。
- 口に物を入れながら話す事も、誤嚥の原因になりやすい。食事をしながらの楽しいおしゃべりは、しっかり食べ物をのみ込んでからにしよう。食後、口の中を不潔にしていると、雑菌を誤嚥して肺炎のリスクが高まる。歯ブラシを使って、常に口の中を清潔に保つことを心掛けたい。



厚生労働省、歯の「八〇二〇運動」
計画より五年早く目標を達成

厚生労働省は、二〇一〇年までに八〇才の二割以上の人が自分の歯を二〇本以上残すことを目標にした、「八〇二〇運動」を推進してきたが、二〇〇五年の実態調査で、八〇才から八四才で自分の歯が二〇本以上残っている人の割合が、初めて二割を超えていることが分かった。

目標を計画より五年も早く達成したのは、歯に対する健康意識が高まり、また歯の保存技術が向上したことで、歯の長寿化が進んだものと考えられている。

厚生労働省の調査は、五七年から六年ごとに行われているが、今回で九回目になる。二〇本以上残した人の割合は、

八〇～八四才では二二、一％、（八、一ポイント上昇）

八五才以上では八、三％、（三、八ポイント上昇）

残っている自分の歯の本数は、

八〇～八四才では一人当たり平均が八、九本。

七〇～七四才では一人当たり平均が一五、二本。

六〇～六四才では一人当たり平均が二一、三本。

五〇～五四才では一人当たり平均が二四、八本。

だった。

歯周病の割合は、次の通り。

六五～七四才では四八、九％（三、四ポイント上昇）

七五才以上で三六、五％（八、五ポイント上昇）

厚生労働省は、残っている自分の歯が増えただけ、歯周病の数も増加したのだろうと説明している。

一日に歯を磨く回数は、

二回が、四九、四％

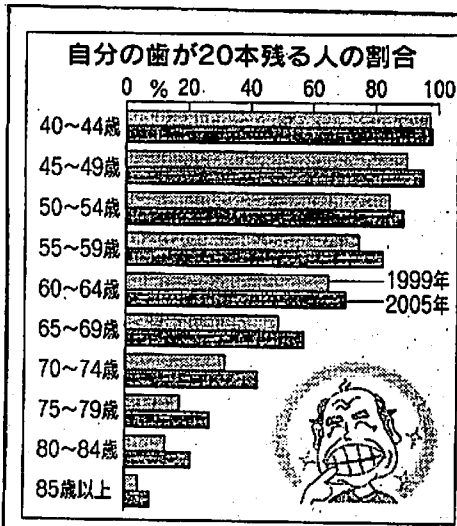
一回が、二五、八％

三回以上が、二二％

磨かないが、一、四％ だった。

すこぶる目標にした「80歳まで20本以上残す」が、計画より五年早く達成した。

80歳で20本2割超



厚労省昨年調査

85歳以上でも8%

東北新幹線が来春から

全面禁煙を実施

JR東日本は六月六日、東北・山形・秋田・上越新幹線と在来線の特急の車内を、原則として二〇〇七年から全面禁煙とすると発表した。

新幹線では、路線が比較的短い長野・九州新幹線は、既に全面禁煙を実施しているが、乗車時間が二時間を超える新幹線では初めての実施となる。在来線では、JR北海道の全線とJR東日本の成田エクスプレスなど一部の特急が禁煙になっている。

JR東日本の新幹線の乗車時間は、東京↔八戸が約三時間、東京↔秋田が約四時間、在来線では青森↔新潟が約七時間となっている。

JR東海、西日本は、東海道・山陽新幹線に来年夏投入する次世代車両について、客室を禁煙にして、デッキに喫煙室を設ける「分煙」を決めており、JR各社の対応が分かれた形となっている。JR東日本は、禁煙化に伴い、八戸・秋田山形・長岡など新幹線、在来線一四駅のホームに禁煙ルームを新たに設置する。既に設置済みの東京・長野駅などと合わせて、計二一駅・三二カ所になる。

他社と直通運転する中央線・東海道線など二二の特急列車も全面禁煙にする方向で関係各社と協議している。個室主体の「カシオペア」「北斗星」などの寝台列車には、喫煙できる車両を残す考え。

JR東日本の清野智社長は「喫煙車から流れる煙で苦情が

あり、列車内は完全な分煙にはならない。喫煙者も大切なお客様だが、三〜四時間の車内は禁煙でご理解頂きたい」と話している。

これに対して、日本たばこ産業(JT)は「まことに残念であり、愛煙家に負担を強いることになる」とするコメントを発表し、たばこを吸う人と吸わない人の「共存」を訴え、ホーム上の喫煙ルームだけでなく、列車内の喫煙スペース確保に向けた措置を強く要請していく姿勢を示している。JRは「世の中の流れなので、ご理解をお願いするしかない」という立場だ。

感染予防、風邪は大敵です。

風邪は呼吸不全を急速に悪化させる原因となります。感染予防は重要です。次の点に気をつけましょう。

- 1, うがいや手洗いを十分にします。風邪の人に近づかない。
- 2, 室温は二〇度前後に、湿度は五〇〜六〇%とする。
- 3, 暖かいところから、極端に寒いところに移動しない。
- 4, 時々部屋の換気をする。また、室内の乾燥を防ぐ。
- 5, 夏期にクーラーによる冷やしすぎ、冬季の冷たい外気を口で吸わない。
- 6, 時々、布団を干して日光消毒をする。
- 7, 規則正しい生活をし、できるだけ日光浴もする。
- 8, 適度な運動をし、筋力の低下を防ぐ。
- 9, インフルエンザ、肺炎球菌ワクチンの予防接種をする。

医療制度改革法の問題「療養病床」

介護型を廃止、医療型は削減、

高齢化が増えつづける医療費を、どう抑制するか。国会で六月十四日に、医療制度改革関連法が成立した。高齢者を中心に、負担増がめじろ押しであるが、高齢者などが長期に入院する療養病床の大幅な削減も実施される。

慢性病などを抱えた高齢者が長期に入院する療養型病床は現在、医療保険を使う「医療型」が二五万床、介護保険を使う「介護型」が十三万床の、合計三八万床ある。これを今後六年かけて介護型は廃止し、医療型も十五万床に削減する。

中央社会保険医療協議会の調査では、どちらの医療病床も医療の必要性が低い患者が半数をしめている。家庭の事情などによる「社会的入院」とみられるため、入院できるのは医療の必要度が高い患者だけに限定して、医療費を抑制するのが狙いだ。厚生労働省は介護保険の老人保健施設や、有料の老人ホーム、ケアハウス、在宅などに移ってもらうとしており、六年間は療養病床から転換する経過型の施設や病床も設ける方針。だが、六割にも及ぶ急激な削減だけに患者や家族には「受け皿が、本当に整備されるのか」などと不安が広がっている。

これを先取りして、七月から医療の必要度が低い患者の診療報酬が大幅に引き下げられることもあり、日本病院会などでつくる四病院団体協議会も「このままでは各地で療養病床の閉鎖が起き、行き場のない高齢者が多数発生する」と訴えている。

〔河北新報から〕

痛風の食事療法

痛風の原因は、血液中の尿酸

監修：東京医科大

名誉教授 横山 泉 先生

痛風は風に当たっても痛むというほどの、激しい発作をもたらします。発作の原因は「尿酸」で、血液中に尿酸が増えると、体のあちこちに尿酸塩（尿酸の結晶）がたまり、痛みを起こします。

血液中の尿酸値が高いだけで、ほかの症状がない場合は、高尿酸血症と呼ばれます。これは、いわば痛風予備軍で、四〇才以上の男性の、十人に一人が予備軍だと言われています。

・尿酸値に注意

男女とも尿酸値が七、〇mg/dLを超えると、高尿酸血症と診断されます。痛風がなくても尿酸値が高く合併症があれば、薬物治療を行います。最近、血清尿酸値の上昇は血管疾患の危険因子と考えられています。

・治療の基本は、薬物療法

痛風の治療は、薬物療法を基本に、食事療法や運動療法が行われます。薬には、尿酸の合成を抑える薬と、尿酸の排泄を促す薬があります。痛みがとれたからと自分の判断で中止するのは禁物。再発を防止するためにも、治療は生涯続ける必要があります。

編 集 後 記

総会では懐かしい方とお会いすることが出来、また昨年来の大きなうねり「患者団体連合会の活動や、超党派国会議員連盟の結成」などの報告ができました。しかし、私達を取り巻く環境は厳しさを増すばかり。医療・介護・年金・税金と障害者は大変な時を迎えています。実りのある活動とするため、皆様と心を合わせ努力して行きたいと思っています。

今日は本年二回目の呼吸リハビリ教室、私も参加してきました。会場では、黒沢先生と上月先生が自らリハビリ教室の準備をしていました。私は先生方に講演の御礼と、白鳥会へのご指導・ご支援に対する感謝を申し上げます。先生方は白鳥会の活動を評価し「背伸びする必要はない、いまのまま続けていきなさい」と優しく励まして下さいました。私は体調が悪く、今までと同じようにやっていく自信を無くしつつあります。しかし、今日一日はとてもホットした明るい気持ちになりました。本当に有り難うございます。

今朝起きて庭の片隅をみますと、「あじさい」の花がたくさん咲いていました。今年の開花はすこし遅かったですが、青色が濃く綺麗に思います。ふと、村上さんのことが思い出されます。村上さんは紫陽花が大好きで、毎年持てないくらいたくさんの紫陽花の花を抱えて、笑顔で福祉プラザに持って来ました。明日は白鳥会のボランティアの皆さんと、村上さんのお墓参りに行く約束をしています。早いもので三回忌を迎えます。きっと喜んで、私達を迎えてくれることでしょう。年に一度の逢瀬を許される七夕がきます。白鳥のように大空に向かって飛び出したいものです。

(大友)

御入会の方法と会費のお知らせ

会員又は、賛助会員に御加入の方は
左記住所宛に御連絡下さい。

会 費

入会金 千円 年会費 二千元

仙台市内会員 入・千円 年会費二千五百円

(仙身協会費 五百円を含む)

事務所

仙台市青葉区五橋二―十二―二
仙台市福祉プラザ八階

東北白鳥会

〇二二―二六三―二五〇二

郵便振替

〇二二〇〇―四―〇〇六七四五
七十七銀行本店 普一〇〇―五三七二八二八

山形県の方は

山形市印役町一―十二―三十五

東北白鳥会山形県支部

支部長 吉田清治

〇二三―六二四―五〇六〇

郵便振替 〇二二五〇―五―三七〇〇二

山形銀行鈴川支店 普六三―一―六一二

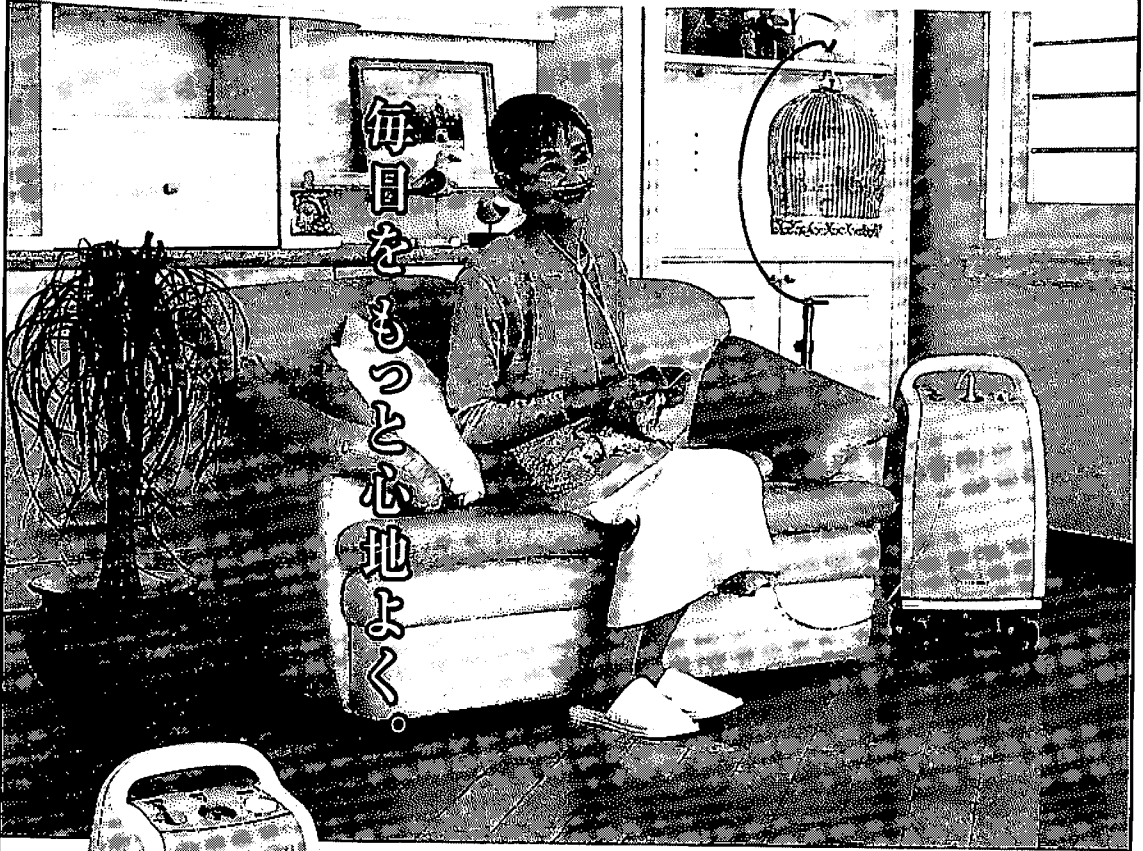
恐れ入りますが、郵便振込紙で、

受領書に代えさせていただきます。

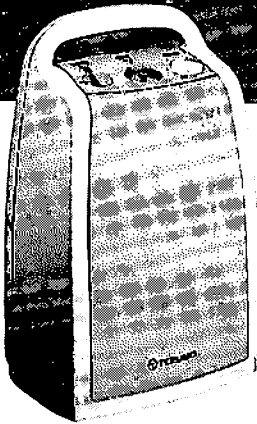
白鳥会は貴方の会費で維持されます。

会費納入をよろしくお願い申し上げます。

TERUMO®
人にやさしい医療へ



毎日もっと心地よく。



酸素濃縮装置

O₂グリーン

小春®

- ◎置き場所を変えられるコンパクトサイズ ◎軽量約10kg
- ◎消費電力90Wの省エネを実現 ◎バッテリー駆動で約3時間、停電時にも安心

3L型
酸素濃縮装置
O₂グリーン
静音。IT-3L



静か & 使いやすい
O₂グリーン 静音シリーズ

●フロントカラーが選べます。



5L型
酸素濃縮装置
O₂グリーン
静音。IT-5L

販売名: O₂グリーン 小春 医療機器承認番号 21600BZZ00066 特定保守管理医療機器 / O₂グリーン 静音IT-3L 医療機器承認番号 21300BZZ00534 特定保守管理医療機器
O₂グリーン 静音IT-5L 医療機器承認番号 21700BZZ00073 特定保守管理医療機器

販売 テルモ株式会社 〒151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷2-44-1 <http://www.terumo.co.jp/>
製造販売業者 株式会社 医器研 〒350-1331 埼玉県狭山市新狭山2-12-27

◎、TERUMO、O₂グリーン 静音、
O₂グリーン 小春はテルモ株式会社の登録商標です。
©テルモ株式会社2005年8月