

第149号

まちのくすりやさん

今回のおはなし

「てのこわばり」

「インフルエンザ」



手のこわばり 注射療法も

手術せずに短時間で改善

パソコンの使いすぎで、腱鞘炎（けんしょうえん）になったり、指が曲がって動かなくなったりと、手にまつわるトラブルは意外に多いです。一方で、「年のせい」「手術は怖い」などと放置している人もいます。医療現場では、最近、従来の手術に加え、注射を使った治療法が登場し、手の治療を専門に行う「手外来」を開設する病院も増えています。

「右手の小指が曲がったままで、洗顔や物の出し入れがうまくできない」。病名は、デュピュイトラン拘縮（こうしゅく）。コラーゲンの異常な沈着が原因で、手のひらから指にかけてこわばり、次第に指を伸ばしにくくなるのが特徴です。拘縮の治療は、これまでは、しこりを切除する手術が主流で、皮膚を切開する手術は、入院が必要など負担が大きかったですが、しこりの部分にコラーゲンを分解する酵素を注入する注射療法は、傷痕も目立たず、薬剤注入から一週間でほぼまっすぐ伸ばせるまで改善できます。ただ、2010年代に米国で開発された注射剤の販売が国内で始まったのは2015年。年々増えていますが、まだ日が浅く、今後重篤な副作用が出ずに効果が持続するかは、予後のデータの蓄積が必要です。

スマホなどをよく使う人がなりやすいドケルバン病などの「スマホけんしょう炎」、指を動かす腱が炎症を起こし動かなくなる「ばね指」、手指にしびれや痛みを感じ、指先でつまむ動作が難しくなる「手根管症候群」など、手の病気はいろいろあります。仕事や日常生活で手をよく使う人に目立つと言われています。デュピュイトラン拘縮は高齢男性、手根管症候群は、更年期の女性に多いとされています。手のトラブルには、脳梗塞や糖尿病など重篤な病気が隠れている場合もあります。手指のしびれや痛みを感じたら、すぐ整形外科で検査をしてもらうようにして下さい。手が思うように使えなければ、生活の質は下がります。手は構造が複雑なため、専門的な知識と技術をもつ医師にかかるのが望ましいです。

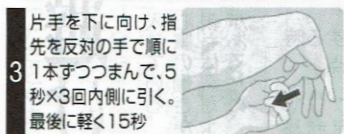
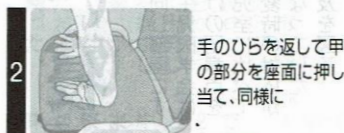
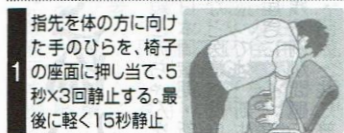
日本手外科学会のホームページにある都道府県別の専門医の名前と勤務先が参考になります。

(http://www.jssh.or.jp/ippan/senmon/index_senmoni.html)

手の病気の予防とリハビリには、左のケア体操をやってみて下さい。

手のケア体操

(飯屋崇さんへの取材による)



放置しないで治療を

注意すること
・必ず反対の動きをセットで行う
・痛いときは無理に動かさない

インフルエンザについて

インフルエンザは、インフルエンザウイルスを病原体とする急性の呼吸器感染症で、毎年世界中で流行がみられています。日本でのインフルエンザの流行は、例年11月下旬から12月上旬にかけて始まり、1月下旬から2月上旬にピークを迎え、3月頃まで続きます。インフルエンザの予防には、予防接種を受けることが有効です。予防接種を受けることで、発症率、重症化率の低減につながると言われています。予防接種を受けてから、抗体ができるまで約2週間かかり、効果は5か月間持続しますので、流行前に早めに接種することを、お勧めします。

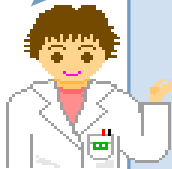
<浦安市からの情報です。>

高齢者インフルエンザ

- ・接種期間は、令和元年10月1日から令和元年年12月31日
- ・浦安市に居住している65歳以上（昭和29年10月1日～12月31日生まれ）の方は、65歳の誕生日の頃に予約票を郵送します。昭和30年1月1日以降に生まれた方は、令和2年度の対象となります。

60歳から64歳の方（昭和34年生まれの方は、60歳の誕生日の頃に郵送）で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能に障がいがあり、身の回りの生活を極度に制限される方（身体障害者障害程度1級に相当）やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な方（身体障害者障害程度1級に相当）も対象となります。

- ・自己負担金：1,000円（対象外；生活保護、中国残留邦人、市民税非課税の方）



子どもインフルエンザ予防接種（任意接種）の費用を一部助成

- ・助成期間は、令和元年10月1日から令和2年3月31日
- ・接種日現在、浦安市に住民登録がある平成13年4月2日以降に生まれたお子様（対象者への個別通知は行っていません）
- ・接種回数 13歳未満＝2回、13歳以上＝1回
- ・費用助成金額：接種1回につき2,000円

（各実施医療機関により、接種費用が異なります。接種時は、医療機関に置いてある予診票と申請書を医療機関窓口へ提出し、2,000円を差し引いた額をお支払い下さい。）

- ・持ち物 健康保険証、子ども医療費助成受給券（お持ちの方）、母子健康手帳、現金（接種費用）、そのほか、医療機関が指定するもの



（一社）浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812（月～金：10～15時）

Fax 047-355-6810

メールアドレス toiawase@urayaku.jp

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>