

今回のおはなし



「心房細動」



「インフルエンザ」



抗凝固薬飲み続け、心房細動対処を

高齢社会を迎えて増えているのが、心房細動（悪性の不整脈）です。心房細動では、心房がけいれんしたように細かく震え、心房内に血の塊ができやすくなり、それが脳に飛ぶと、重症の脳梗塞（こうそく）を起こします。心臓の血液がうまく流れないので、心不全のリスクも高くなります。国内の患者数は100万人前後とされています。

心房細動治療中の患者様で、普段から血液をサラサラにする抗凝固薬を飲んでいる方は、内服薬を途切れさせないことが大切です。

新たに心房細動になった人では、10年前まで多かったワルファリンに代わって、新規経口抗凝固薬（NOAC ; Novel Oral AntiCoagulants）を使っている人が多くなりました。国内では、4種類が現在発売されています。心房細動は、加齢とともに増加します。心房細動に気づかずにいる高齢者も結構多いと言われていて、心房細動でも症状がない人が半数近くおり、発見が難しいと言われています。日本脳卒中学会が、自分で手首の脈に触れて脈を診る脈診を普及させようとしています。心房細動がわかる家庭用血圧計などの器具類の利用や、家族の方が脈を診てあげるのもいいでしょう。心房細動の場合、自分でおかしいと気づく時もありますが、一過性で正常に戻ってしまう発作性の心房細動では、診察でもなかなか見つけにくいと言われています。抗凝固薬をしっかり服用していれば、脳梗塞をあまり心配しなくてもよいですが、出血しやすくなる副作用があるので、注意が必要になります。心房細動の治療の一つ、カテーテルアブレーションは、現在、年間6~7万人に実施されています。心臓に挿入したカテーテルで、不整脈を起こす電気経路を遮断します。アブレーションの実施は、心房細動の新規発症者の半分以下ぐらいで、年齢的には若い人が対象になります。症状が強い人や症状が出たり止まったりする発作性の心房細動が対象になることが多いです。心房細動が続くと、心筋にダメージを与えます。心房細動があると、心不全になるリスクは5倍ほど高くなります。血液を送りだすポンプ機能が落ち、心筋も疲れてきて心不全を起こしやすくなります。心不全患者も心臓のポンプ機能が下がり、心房にも負担が増すので、心房細動を合併しやすいです。最近では、心房細動があると、認知症になるリスクも高まると言われるようになりました。心房細動は、気をつけていても、急に起きる場合があります。ベースには、高血圧があることが多いです。飲酒も心房細動を起こしやすくなることがわかっているので、注意が必要です。

*心配なことがありましたら、遠慮なく、かかりつけ薬局、かかりつけ薬剤師にご相談下さい。



【浦安市からの情報】

高齢者のインフルエンザ予防接種がスタートします。
詳細は、浦安市ホームページをご覧ください。

高齢者のインフルエンザは重症化することがあります。流行する前のワクチン接種などが有効です。

インフルエンザとは
インフルエンザは「インフルエンザウイルス」に感染して起きます。38℃以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、高齢の方や様々な慢性疾患を持つ方は肺炎を併発するなど重症化することがあります。

インフルエンザを予防する有効な方法

- 流行前のワクチン接種が有効です**
ワクチン接種を受けた高齢者は、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3から1/2にまで減少することが期待できるとされています。現行ワクチンの安全性はきわめて高いと評価されています。
- 手洗いやアルコール製剤による手指衛生も有効です**
手洗いで付着したウイルスを洗い落とすことや、アルコール製剤による手指の消毒もインフルエンザウイルスに対して有効です。
- 感染を広げないために「咳エチケット」を心がけてください**
インフルエンザは、主に、咳やくしゃみの際、口から発生する小さな水滴（飛沫）によって感染します（飛沫感染）。普段から「咳エチケット」(①他の人に向けて咳やくしゃみをしない、②咳やくしゃみが出るときはマスクをする、③手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗うことなど)を心がけてください。

医療機関名

厚生労働省 公益財団法人 予防接種リサーチセンター

詳細については、お住まいの市区町村にお問い合わせください。

インフルエンザは例年12月から3月にかけて流行します。ワクチンは重症化の予防効果が認められています。

予防接種法に基づく定期のインフルエンザ予防接種の対象
インフルエンザにかかることと重症化しやすく、特に接種の意義が大きい以下の方は定期の予防接種の対象となっています。予防接種を希望する方は、かかりつけの医師とご相談ください。

- 65歳以上の方。
- 60～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器の機能に障害があり身の回りの生活を極度に制限される方。
- 60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり日常生活がほとんど不可能な方。

インフルエンザワクチン接種の実施期間や費用
インフルエンザワクチンは自治体により実施時期や費用が異なります。詳細や接種可能な医療機関などについては、お住まいの市区町村などにお問い合わせください。

インフルエンザワクチン接種による副反応
インフルエンザワクチンは、ウイルスの活性を失わせて、免疫をつくるのに必要な成分を取り出し、病原性をなくした「不活化ワクチン」です。接種によってインフルエンザを発症することはありません。比較的多く見られる副反応は、接種部分の発赤や腫れ、痛みなどで、通常は2～3日でなくなります。一方で、まれに重い副反応の報告がありますので、気になる症状がある場合は医師にご相談ください。

予防接種健康被害救済制度について
定期の予防接種による副反応のために、医療機関で治療が必要な場合や生活が不自由になった場合（健康被害）は、法律に定められた救済制度（健康被害救済制度）があります。制度の利用を申しこむときは、お住まいの市区町村にご相談ください（制度を利用するためには、一定の条件があります）。※詳細は、厚生労働省HPをごらんください。「予防接種 救済制度」で検索できます。

- 対象** 1. 浦安市の住民基本台帳に登録のある方で、65歳以上の方
注記：昭和31年10月1日から12月31日生まれの方は、65歳の誕生日を迎える頃に予診票を郵送します。昭和32年1月1日以降に生まれた方は、令和4年度の対象となります。
2. 60歳から64歳の方で、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（身体障がい者障がい程度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（身体障がい者障がい程度1級に相当）
注記：昭和36年10月1日から12月31日生まれの方は、60歳の誕生日を迎える頃に予診票を郵送します。

接種期間 令和3年10月1日（金曜日）から令和3年12月31日（金曜日）

注記：昭和31年生まれの方は、65歳の誕生日を迎えてから接種対象者となります。予防接種を受ける期間が短いため、令和4年1月31日までに接種してください。また、体調不良などで12月中に接種出来なかった方も、令和4年1月31日までに接種してください。

（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/>