



森田医院通信

Vol.11

2016年12月13日

ノロウイルス感染症

大阪府下で幼稚園や保育園を中心にノロウイルスの集団発生が報告されています。首都圏全域では感染性胃腸炎の患者報告数が警報基準値を上回ったとのことです。インフルエンザと並び冬になるとよく名前を耳にしますがこういった病気なのでしょうか？今回はノロウイルスについて勉強しましょう。



ノロウイルスは秋口から春先（特に12月から1月）に流行する胃腸炎、食中毒の原因ウイルスとして知られています。このウイルスを電子顕微鏡で見ると直径が38ナノメートルの正二十面体をしているそうです。不思議な形ですね。

ノロウイルスはウイルスが口から入ることによる感染（経口感染）で広がります。

- ① 患者の便や吐物などから手を介して口に入る（便や吐物が乾燥すると中のウイルスが空中に舞い上がり、これを吸い込むことによって感染することもあるようです）
- ② 料理する人の手についたウイルスが食べ物を介して口に入る
- ③ 食中毒（ウイルスが付いた貝類、加熱不十分な料理） といった形が多いようです。

ノロウイルスの症状

感染すると1,2日の潜伏期のあと、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などの急性胃腸炎症状を起しますが発熱は軽度です。

通常、これらの症状が数日続いた後、後遺症を残すことなく治癒します。また感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。

ノロウイルスの治療

ノロウイルスに特別な薬はなく症状に対しての治療が行われます。

体力の弱い乳幼児や高齢者は、下痢や食欲不振により脱水症状を起こさないよう水分と栄養の補給が重要であり、不十分な時は点滴などによる水分補給が必要になります。

予防法には以下のようなものがあります

- ①手洗いを行い、手についたウイルスをしっかりと落とすこと。
- ②食品を十分に加熱（85-90度以上で90秒以上など）すること。
- ③ノロウイルスに感染した人の吐物や便を処理する時は、使い捨てのエプロン、マスクと手袋を着用しペーパータオルなどで拭き取り、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウムを含むもの）で床を拭き、その後水拭きをする。



ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、日常の注意により予防できることが多いと考えられます。特に周りで胃腸炎が流行しているときは十分な予防を心がけるようにしましょう。

ニュース インフルエンザが流行期入り

大阪府は12月8日、インフルエンザが流行シーズン入りしたと発表しました。ワクチンをまだ打たれていない方は急いで接種しましょう。また予防のため外出時にはマスクを着用し、帰宅後は手洗い・うがいを心がけるようにしましょう。

糖尿病ってどんな病気？その3

HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)

貧血の検査にHb(ヘモグロビン)があります。血の中の糖分(血糖)が多くなる(血糖値が高くなる)と、あちこちに糖がべたべたくっつく傾向があり、糖がくっついたHbの割合を調べた検査がHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)です。

HbA1cは採血時から過去1-2か月の平均血糖値を反映すると考えられ、糖尿病の診断や血糖コントロールの指標として使用されます。

HbA1cの基準は4.6-6.2%、6.5%以上は糖尿病が強く疑われます。治療の目標は以下の表のようになります。

| 目標 | 血糖正常化を目指す際の指標 | 合併症予防のための目標 | 治療強化が困難な際の目標 |
|----------|---------------|-------------|--------------|
| HbA1c(%) | 6.0%未満 | 7.0%未満 | 8.0%未満 |

血糖値と異なり、HbA1cは食後でも検査することができますが、血糖値の日内変動など細かな変化を見つけにくいという特徴があります。

血液検査を受けた時、HbA1cが6%程度より高値であった場合には糖尿病の可能性が否定できませんので、精密検査が望ましいと考えられますのでご相談下さい。

お知らせ

動脈硬化・血管年齢測定装置導入

当院では動脈硬化・血管年齢を測定する装置(フクダ電子 VS-2000)を導入しました。

手足の血圧と心音(胸の上にマイクを置きます)を測定し血管の年齢・硬さ・つまり具合を5分ほどで調べることができます。

動脈硬化は年齢のほか高血圧・糖尿病・脂質異常症・高尿酸血症・ストレス・喫煙などで悪化することが知られ、進行すると脳梗塞や心筋梗塞などを起こします。



この検査は足の動脈の閉塞から痛みや歩行障害を起こす閉塞性動脈硬化症の診断に特に有用です。

簡単な検査ですので気になる方は一度調べてみましょう。

医療法人
森田医院

所在地：大阪府寝屋川市本町24-14 電話：072-821-0446
ホームページ：<http://www.moritaclinic.or.jp>

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 祝 |
|------------|---|---|---|---|---|---|-----|
| 9時-12時30分 | ○ | ○ | ○ | - | ○ | ○ | - |
| 17時-19時30分 | ○ | ○ | ○ | - | ○ | - | - |



受付は診察の30分前からです。シャッターは診察の1時間前に開きますので、診察券をお持ちの方は診察券入れに入れていただきますと順番をとらせて頂きます。