



## 院長コラム



トミカ・プラレールの「ドクターイエロー」、私の子供時代の宝物でした。「ドクターイエロー」とは黄色い車体の特徴の新幹線です。「新幹線のお医者さん」と呼ばれ、営業線を走りながら線路や架線などの状態を点検する重要な役割を担っています。JR 東海と JR 西日本が 1 編成ずつ保有していますが、老朽化を理由に、JR 東海は来年 1 月、JR 西日本は 2027 年以降



をめどに引退させると発表しました。通常「ドクターイエロー」の運行はダイヤが公表されておらず、出会うのはまさに運次第です。だからこそ「ドクターイエローを見ると幸せになる」という噂も広がり、ファン的心を引きつけているのです。私もその姿を求めて、新幹線の高架橋に自然と目が行くようになりました。



院長 茶堂 宏



## 国内初、鼻に噴霧するインフルエンザワクチン



昨年 3 月に鼻に噴霧するタイプの季節性インフルエンザワクチン「フルミスト」が国内で承認されました。接種対象は 2~18 歳、接種時は左右の鼻の穴に 0.1 ミリリットルずつを噴霧します。鼻に噴霧するタイプのワクチンが承認されたのは国内で初めてです。

従来のワクチンは感染力を失ったウイルスをもとにつくる「不活化ワクチン」で、接種によって血液中に抗体がつくられます。一方、このワクチンは、生きたウイルスを弱毒化した「生ワクチン」のため、血液中の抗体だけでなく、ウイルスの主な感染経路となる鼻咽頭の粘膜面に分泌型の抗体がつくられます。

このワクチンの最大の利点は注射の痛みがないことです。従来の注射のワクチンで 2 回の接種が必要なケースでも、このワクチンは 1 回の接種で済みます。なお、妊娠中の方や免疫抑制剤を服用中の方などは接種できません。

国内で実施した臨床試験（治験）によると、有効成分が含まれていない偽薬を使ったグループに比べ、このワクチンを使ったグループではインフルエンザの発症率が 28.8%減ったと報告されています。主な副反

応は、鼻水・鼻詰まり（59.2%）、咳（27.8%）、のどの痛み（17.9%）、頭痛（11.2%）などの感冒症状です。

米国では 2003 年から接種が始まったものの、2013 年以降、「H1N1」株への予防効果を疑問視するデータが出るなどして、接種が推奨されない時期がありました。しかし、その後の欧州でのデータ収集を経て、2018 年から米国で再び接種が推奨されるようになりました。接種が続けられた英国では 2015~16 年、すべてのウイルス株に対する発症予防効果（2~17 歳）は 58%でした。2022 年 12 月時点で、30 以上の国・地域で承認済みです。

このワクチンは、流行株が違っていても効果が得られたり、予防効果が 1 年続いたりするなどの利点もあると言われています。少なくとも、従来のワクチンと比べて効果は同等と考え、今シーズンの接種を検討していただいてもよいと思います。

院長 茶堂 宏





## 秋の食中毒のリスクと対策



食中毒は湿気の多い5月、6月のイメージですが、秋も注意が必要です。アニサキスなど寄生虫の食中毒が秋に増える傾向があるからです。旬を迎えるサンマやサバ、サケなどのアニサキスが寄生する魚介類を口にする機会が増えます。アニサキスが寄生している魚介類を食べてしまうと、数時間後に激しい腹痛や嘔吐などの症状に見舞われます。アニサキスは透明で非常に小さいため、目視で取り除くのは極めて困難です。特に新鮮な魚では動きがほとんど見えないため、見逃しやすいのです。



加熱の場合は70℃以上、冷凍の場合は-20℃以下（24時間）でアニサキスは死滅します。家庭用冷蔵庫の多くは温度を一定に保つことが難しいので、48時間以上の冷凍が確実により安全です。

（活田）



## 「パウパト」作ってみました



受診されたお子さんにどんなキャラクターが好きかを聞いたところ、「パウパト」と答えてくれたので、パウパトロールのキャラクターを折り紙で作ってみました。色選びにこだわって作りました。

（城山）



## スマイルダイアリー

（姉妹の温かい診察室でのエピソード）



姉妹が受診された時、診察室の椅子に座り何度も「注射しない？鼻はしない？」と不安そうに話をする妹に対し、お姉ちゃんが妹の肩に軽く手を置き、目を合わせながら安心させるように微笑みかけ横に座りました。妹の方を見て、お姉ちゃんは「お腹を診てもらっただけだから、痛くないよ。次は口と耳を見るだけだから怖くないよ」と優しい声で説明しました。妹はお姉ちゃんに見つめられると安心した様子で、深呼吸をしながら一つひとつ診察を受けました。診察が終わると、お姉ちゃん

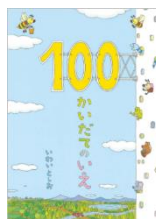


ちゃんが「ほら終わったよ。大丈夫だったでしょ？」と嬉しそうに言い、妹が安心した顔で返事をする姿に心が温くなりました。

（古谷）



## おすすめの本の紹介



「100かいだてのいえ」

作者：いわい としお

出版社：偕成社

ある日「100階建ての家のてっぺんに住んでいます。遊びに来てください」と、不思議な手紙が届きます。

ページを縦に開いて10階ごとに違う生き物が現れるので、ワクワクしながら楽しめます。

招待したのは一体誰なのか？是非、絵本を読んで確かめてみて下さい。

（竹内）



スタッフより一言



いつまでも暑さが去りやらぬ毎日ですが、体調を崩さないようお気を付けください。

（小田）

