



医師会シンボルマーク

みんなの健康

最新医療情報

先天性風疹症候群

妊婦だけでなく周囲も予防策を

No.272

7・8
月号

みんなの健康 1 2019.7/8

進化する病院

神奈川県立こども医療センター

◆こんな時どうする？

運動で食物アレルギー症状が
でることがあるって知っていますか

医療クローズアップ

海外渡航時や
留学時に
必要なワクチン

表紙イラスト／
追分市民の森のひまわり
(旭区)

先天性風疹症候群

妊婦だけでなく周囲も予防策を



昭和大学横浜市北部病院
産婦人科

なが つか まさ 正晃 先生
長塚 正晃 先生

なぜ今、風疹が
流行しているのですか

長塚 大きな理由の一つは、過去の風疹ワクチン制度にあります。現在は、男女とも幼児期に2回の風疹ワクチン接種が公的な仕組みとして実施されていますが、かつては女子中学生だけに行われていた時期や、制度の

変更により接種率が低下した時期がありました。とくに1962年4月2日～1979年4月1日生まれ（2019年4月時点で40歳～57歳）の世代の男性は、制度上接種を受けていません。そのため、風疹の抗体保有率が低い人、つまり免疫が不十分な人が多いので、今回の流行の中心となっています。

症状が軽いと外出をする人もいます。こうした理由から、大人を中心に感染が広がっていると考えられます。

先天性風疹症候群とは
どんな病気ですか

長塚 お母さんが感染することによりおなかの赤ちゃんが風疹に感染し、生まれつき白内障や難聴、心臓の形の異常や、精神や身体の発達の遅れが見られる病気です。すべての症状がでるとはかぎらず、気付くまで時間がかかる場合もあります。

風疹ワクチンを接種した
はずの女性が、なぜ感染
するのですか

長塚 一般にワクチンは、1回の接種で約95%、2回の接種で約99%の人に抗体ができることとされます。つまり接種を受けたのに免疫がない人が1～5%は存在します。また免疫があってもその程度が弱い場合、感染する可能性があります。

妊娠中です。免疫が
あるかどうか知りたい

長塚 妊娠初期の血液検査では、風疹の抗体をH

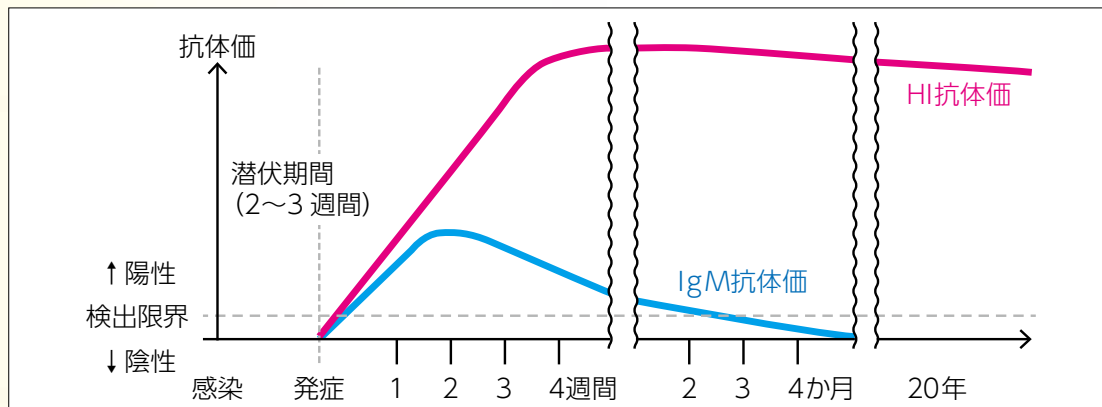
昨年来、風疹が流行しています。とくに心配されるのが、妊娠初期の女性が感染すると、おなかの赤ちゃんが先天性風疹症候群という病気になる可能性があることです。予防には社会全体で取り組むことが重要ですが、現在40代・50代の男性は風疹の免疫が不十分な人が多く、流行の中心になっています。こうした状況も含め、昭和大学横浜市北部病院産婦人科の長塚正晃先生にうかがいました。

I法という方法で測定します（表1）。16倍以下の場合、妊娠24週頃までは感染に注意してください。256倍以上だと、最近つまり妊娠初期に感染した可能性がありますから、さらに風疹IgM抗体という抗体を測定します（図1）。

妊娠中に感染したか
も…。心配です

長塚 妊婦さんが感染しても、おなかの赤ちゃんまで感染するとはかぎりません。かかりつけの産科医とよく話し合い、必要ならば専門相談窓口で

図1 HI抗体価とIgM抗体価の変化



HI抗体が長期間一定量を保つのにに対し、IgM抗体は発症後3～4か月で検出されなくなるため、陰性なら4か月以上前の感染、陽性なら4か月以内の感染だと判断できる
 (「新版 安心すこやか妊娠・出産ガイド」メディカ出版 より)

表1 HI抗体価の意味

16倍以下	免疫がないか弱いので、妊娠24週頃までは感染しないように注意してください。
32倍、64倍、128倍	免疫があるので、感染する可能性はほとんどありません。
256倍以上	最近感染した可能性があるので、精密検査が必要です

検査値は8、16、32……と倍、倍の数で出ます。途中の数値はありません。

(「新版 安心すこやか妊娠・出産ガイド」メディカ出版 より)

の相談や、精密検査の受診を検討しましょう。

横浜とその周辺で専門相談窓口を設けている機関は以下の通りです。神奈川県内・国立病院機構横浜医療センター、横浜市立大学附属病院、神奈川県立こども医療センター、帝京大学医学部附属溝口病院。都内・国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター

妊娠中にワクチン接種はできますか

長塚 できません。HI抗体価が16倍以下の場合、出産後早めにワクチン接種をしましょう。

妊婦の予防策は?

長塚 風疹は、感染者のせきやくしゃみで飛び散る唾液などにより感染します。マスクをつける、よく手を洗うなどの習慣をつけましょう。また、同居する家族の方へのワクチン接種も有効です。

なぜ同居家族も接種を勧められるのですか

長塚 前述の世代の男性をはじめワクチン接種を受けていない方や、1回しか受けていない方は、男女とも風疹に感染して妊婦さんにうつす可能性があるからです。「子ども頃風疹にかかった」という人も、検査をしたら約半数は記憶違いや別の病気だったという調査結果があります。免疫を持つていない人が予防接種を受けても、問題はありませ

ません。むしろ免疫の強化が期待されます。また海外の流行地に渡航する際は万全の予防と、帰国後の適切な対応策を意識してください。

MRワクチンでも構いませんか

長塚 構いません。麻疹(はしか)と風疹の混合ワクチンであるMRワクチン

は、現在幼児の予防接種でも用いられています。麻疹も、妊婦さんが注意すべき病気です。

社会全体でリスクの低減を

長塚 厚生労働省は、風疹ワクチンを制度上接種しなかった世代の男性を対象に対策を開始しました。また横浜市も、赤ちゃんを希望する男女を対象に対策事業を実施しています。かかりつけ医にご相談ください。

上記世代の男性が後に風疹流行の中心になってしまったように、ワクチン未接種の人がいることで、社会全体における感染症のリスクは高まります。安全な将来のためにも、風疹ワクチンをはじめ法律で勧奨されているワクチン(定期接種ワクチン)は、ぜひ接種していただきたいと思います。

神奈川県立 こども医療センター(南区) こどもの命の“最後の砦”として

神奈川県唯一の小児高度・専門医療機関である神奈川県立こども医療センターは、小児専門病院と障害児入所施設を持つ医療・福祉施設で、県立横浜南養護学校も併設されています。今年周産期棟を改修し、超低出生体重児やハイリスク分娩への対応を一層充実させました。同センターの使命と今後の課題について、町田治郎総長にうかがいました。

当センターは、病気や障害のあるこどもたちのため医療(病院)、福祉(障害児入所施設)、教育(養護学校)の3つを備えた施設として、1970年に開設されました。病院においては小児医療の各分野で高度先進医療を行っており、他院では対応の難しい患者さん

小児の高度医療を担う
専門病院として



神奈川県立こども医療センター
町田 治郎 総長
ファシリテッドッグのアニー(左)、前任犬のベイリー(右)とともに。
(撮影=Eisuke Hoshino)

とくに使命感をもって取り組んでいるのは、心疾患、がん治療、障害児医療、希少疾患医療、小児の緩和ケア、周産期救急、そして命にかかわる重症な急患を扱う小児三次救急です。心疾患では、重症心奇形の治療や心臓カテーテル治療を積極的に行っており、新生児の心臓手術例数は日本有数です。胎

各分野の
専門医が常駐

を広域から受け入れています。こどもの病気の“最後の砦”でありたいと努力しています。

神奈川県立こども医療センター

南区六ツ川 2-138-4

完全紹介予約制

ウェブサイト

<http://kcmc.kanagawa-pho.jp/>

◎設 立 1970年4月

◎病床数 病院340床(2019年9月より)、障害児入所施設90床

◎診療科目 総合診療科、救急・集中治療科、血液・腫瘍科、内分泌代謝科、腎臓内科、感染免疫科、遺伝科、輸血科、アレルギー科、神経内科、循環器内科、外科、整形外科、リハビリテーション科、形成外科、脳神経外科、心臓血管外科、皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻いんこう科、放射線科、歯科、麻酔科、病理診断科、児童思春期精神科、精神保健福祉相談、新生児科、内科(母性)、産婦人科、小児がんセンター



新生児の心臓外科手術

児心エコーのセミナーも毎月開催しています。がんについては、2013年に小児がん拠点病院に指定され、2015年に小児がんセンターを設置しました。内科的診療を血液・腫瘍科が担当し、手術は整形外科や脳神経外科、外科などが担当すること、医師は専門領域に専念でき、より高度な治療を実現しています。

現在、周産期棟を改修中で、2019年9月に完成予定です。新生児病棟の拡充や、母性病棟・産科外来の再整備などを行いました。これまでは病床に余裕がなかったため、受け入れ依頼のあった新生児

周産期棟の改修

児の外科系については、泌尿器科や眼科など全領域で専門医が揃っています。ですから救急に関しても、小児の専門医でなければ対応できない小児急性脳症などの患者さんが搬送されてきます。



母子同室NICU



（主に1000g未満の超低出生体重児）のうち半数しか受け入れられませんでした。今回の改修でNICU（新生児集中治療室）を増床したので100%の受け入れを目指します。

また新しいNICUでは、障害を持って生まれた赤ちゃんとお母さんのため、母子同室の半個室を新設しました。お母さんがお子さんへの愛着を自然に形成し、一緒に生きていく自信を育んでくれたらと願っています。

少子化の時代ですが、晩婚化の影響もあって高齢出産の数は増加しています。それに伴い早産な

どハイリスク分娩が増えています。当センターでは500g以下で生まれた赤ちゃんでも95%近くを救命しています。後遺障害をゼロにはできないものの、退院後にお子さんやご家族が生きにくさを感じないように、NICU医療を社会に伝える活動もしています。その一環で、TVドラマ「コウノドリ」（TBS）の制作にも協力しました。

こどもだからこそ 一層重要な緩和ケア

緩和ケアにも力を入れており、治療の開始時から緩和ケアサポートチームをはじめ、障害児入所施設の保育士や養護学校の先生、「オレンジクラブ」という名の病院ボランティアなどが、こどもたちやご家族の精神的・肉体的な苦痛をやわらげることに包括的に取り組んでいます。

緩和ケアサポートチーム

ムは、医師や看護師、臨床心理士やソーシャルワーカーなど11人の多職種の特任家と1頭のファシリテイドッグから構成されています。

ファシリテイドッグとは、特定の施設で活動するために専門のトレーニングを受けた犬のことです。現在アニーというゴールデンレトリバーが勤務しています。病棟を回ってこどもたちになでもらったり、治療やリハビリに付き添ったりするのが仕事です。当センターの初代ファシリテイドッグとして6年間勤務したベイリーも、ボランティアとして引き続き活動しています。

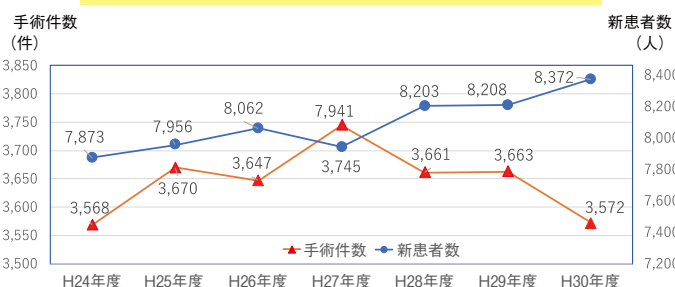
成長過程にあるこども

だからこそ、つらさをやわらげたり楽しさを提供したりするサポートが一層重要です。手前味噌ですが、当センターの総合的なサポート能力はすごいと思っています。

地域との連携 在宅医療への移行

今後の課題のひとつは、地域医療機関とのさらなる連携です。患者さんを地域から速やかに受け入れる「前方連携」のほか、病状が安定し在宅療養に入る患者さんを地域の医院に紹介したり、年齢が上がって成人期を迎えた患者さんに一般医療機関に移行してもらった

新患者数・手術件数



たりといった「後方連携」を円滑に行えるよう、体制を整えていきます。こうした役割は、当センターの地域医療連携室と退院・在宅医療支援室が主に担当しています。

連携には情報共有が不可欠なので、地域の連携医療機関は当センターの電子カルテ情報をインターネット上で閲覧できるようにしています。

また、患者さんが地域で安心して暮らせるよう、退院後も家族に対し支援を継続しています。地域の訪問看護師さんや介護職の方などに対しては、人工呼吸器や胃ろう管理の実技研修会を開いたり、在宅医療に関する相談に応じたりしています。

家庭や社会の中で成長していくことが、こどもにとって大切だからです。

こどもは「未来」そのものです。安心して産み、育てられる社会であるために、今後も貢献していきます。

海外渡航時や留学時に
必要なワクチン横浜市医師会常任理事
渡辺 豊彦渡航先の
感染症をチェック

日本人の海外出国者数は年々増加しており、2017年は1788万9300人で、2018年は約1900万人と報告されています。海外渡航時や留学時に必要なワクチン（予防接種）には、入国時にワクチンを要求する国に渡航する場合のワクチンと、海外で感染しないようにする目的のワクチンがあります。

前者のワクチンは、黄熱です。アフリカや南米

必要なワクチン

の熱帯地域の国々では黄熱ワクチン接種証明書（イエローカード）の提示が求められます。ほとんどは、後者のワクチンです。自分自身を感染症から守り、周囲の人への二次感染を防止することが目的です。国立感染症研究所のホームページから、リンクしている海外渡航のためのワクチンにアクセスすれば、詳細にわかります。各国の感染症流行状況については、厚生労働省検疫所「FORTH (Traveler's Health: 海外渡航と予防接種)」をチェックしてください。

さまざま
なワクチン

途上国に中・長期（1か月以上）滞在する人、

特に40歳以下の人はA型肝炎ワクチン、血液に接触する可能性のある人はB型肝炎ワクチン（B型肝炎のキャリアの人の汗、涙、唾液などの体液からでも感染しますので注意が必要です）、冒険旅行などで怪我をする可能性の高い人は破傷風ワクチン、ポリオの流行している地域に渡航する人はポリオワクチン（以前にポリオワクチンを接種していない人も、渡航前に追加接種を勧められています。特に1975年～1977年生まれの方はポリオに対する免疫が低いことがわかっていますし、不活化ポリオワクチン接種を受けられた人は加齢とともに抗体価が徐々に低下してきていることもわかっ

医療機関などに
相談

海外に渡航する予定が

ていますので、渡航先が流行国でなくても、追加接種をお勧めします）、日本脳炎流行地域に長期滞在する人（主に東南アジアでブタを飼っている農村部）は日本脳炎ワクチン、イヌやキツネ、コウモリなどの多い地域へ行く人で、特に近くに医療機関がない地域へ行く人、動物研究者など、動物と直接接触する人は狂犬病ワクチン（日本では、狂犬病はありませんが）がそれぞれ接種対象です。

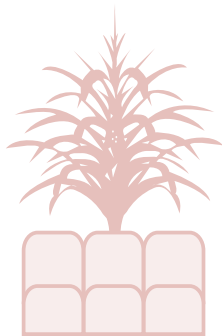
麻疹（はしか）、風疹に関しては、昨年3月に沖縄で麻疹が大流行し、昨年9月からは風疹が全国的に流行したことから、海外渡航に関係なく麻疹風疹混合ワクチン接種で免疫をつけておくことが必要です。

ある場合には、できるだけ出発3か月以上前から、医療機関や検疫所で、ワクチン接種の日程を相談しましょう。1回接種ではなく、2回、3回の接種が必要なワクチンもあります。

留学時には、予防接種済みの証明書が必要です。母子手帳などの予防接種済みを確認するものを持って、医療機関に相談しましょう。指定の用紙がある場合は、持参してください。感染症には、潜伏期間がありますので、感染していてもすぐには発症しません（感染後から発症までは短いものと長いものがあります）。2007年には修学旅行生がカナダで麻疹を発症した事例があります。帰国後に体調が悪くなった時には、医療機関を受診し、忘れずに、必ず海外渡航歴と渡航先（国）を伝えましょう。

4月1日に新しい元号が発表され、5月1日より元号が令和となりました。平成は振り返ってみますと東日本大震災など大きな災害が多く起きた時代でもありました。またフードロスや売れ残った服を燃やすことについてなど資源の扱い方に関しても注目されはじめました。令和はどのような時代になるのでしょうか？マレーシアでは昔、子供たちが大きな、きれいな葉っぱを集め、お小遣いかせぎもあったようですが、それを折って袋にし、お店に届けていたそうです。その葉っぱの袋がレジ袋の代わりになっていたとのことでした。今のレジ袋との違いは、道端に捨てれば枯れ葉と同じで土に返ってくるところです。プラスチックによる海の汚染問題なども言われていますが、令和が個人の才能が花開ける、明るい時代となっていくのであれば、利便性を追求するだけではなく、本当に何が必要なのかを考えていく時代になるのではないかと思います。

A.F



表紙イラスト/追分市民の森のひまわり(旭区) 約1kmの畑いっぱいにひまわりが咲き、7月下旬から8月中旬が見ごろ。遠くに見えるのは中原街道で、車が頻繁に行き交うのが見える。三ツ境駅から徒歩20分。

こんな時どうする

運動で食物アレルギー症状がでることがあるって知っていますか

横浜市小児科医会 あいほら ゆうこう 相原 雄幸 先生
相原アレルギー科・小児科クリニック

これは、食物アレルギーの特殊なタイプで、食物依存性運動誘発アナフィラキシーの可能性がります。この病気の特徴は、食物摂取、あるいは運動負荷だけでは症状はでません。しかし、特定の食物摂取直後の運動でアナフィラキシー（全身じんま疹、呼吸苦、血圧低下などの重症な症状で、生命の危険もあります）を発症します。ただし、同じ条件でも毎回発症するわけではありません。

原因食物と運動はどのようなものですか

最も多い原因食物は小

麦製品で、次いで甲殻類が多く、最近は果物なども報告されています。また、運動は球技や陸上競技など負荷量の大きなものが多いですが、散歩など軽い運動での発症もあります。

診断はどのようにするのですか

原因食物を明らかにするには、アナフィラキシー発症直前（2時間程度）に摂取した食物の詳細なリストが重要です。血液検査や皮膚検査などで原因を絞り込み、食物運動誘発試験を実施して診断します。ただし、誘発試

験の陽性率は必ずしも高くありません。

発症予測や治療法はありますか

現状では、初回発症を予測する方法はありません。また、確実に発症を抑える薬剤はありません。症状が軽微であれば直ちに運動を中止し、安静にさせ抗アレルギー薬を内服させますが、重篤な場合にはアドレナリン自己注射器を使用し、救急搬送をします。

予防方法はありますか

この病気が疑われる場

合には、アレルギー専門の医療機関の受診をお勧めします。そこで原因食物を確定し、運動前には原因食物を摂取しないこと、摂取した場合には最低2時間は運動を避けることで発症を予防することができます。

ほかに注意することはありますか

解熱鎮痛薬は症状の増強効果があるので、できるだけ使用しないようにしましょう。発症を繰り返す場合にはアドレナリン自己注射器を携帯することが必要です。

休日・夜間に急病になった場合は

休日の昼間はこちらへ

内科・小児科 診療時間：午前9時～12時 午後1時～4時
青葉区休日急患診療所 ☎(045)973-2707

内科・小児科・※歯科 診療時間：午前10時～午後4時
金沢区休日救急診療所 ☎(045)782-8785
※但し、歯科についてはGW・年末年始を除いて、午前10時～正午まで

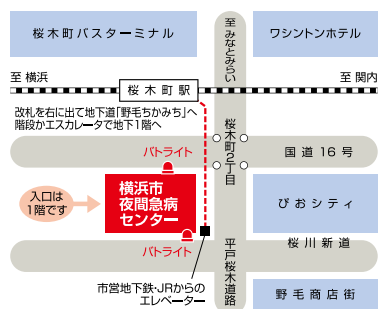
内科・小児科 診療時間：午前10時～午後4時			
旭区休日急患診療所	☎(045)363-2020	都筑区休日急患診療所	☎(045)911-0088
泉区休日急患診療所	☎(045)801-2280	鶴見区休日急患診療所	☎(045)503-3851
磯子区休日急患診療所	☎(045)753-6011	戸塚区休日急患診療所	☎(045)861-3335
神奈川区休日急患診療所	☎(045)317-5474	中区休日急患診療所	☎(045)622-6372
港南区休日急患診療所	☎(045)842-8806	西区休日急患診療所	☎(045)322-5715
港北区休日急患診療所	☎(045)433-2311	保土ヶ谷区休日急患診療所	☎(045)335-5975
栄区休日急患診療所	☎(045)893-2999	緑区休日急患診療所	☎(045)937-2300
瀬谷区休日急患診療所	☎(045)360-8666	南区休日急患診療所	☎(045)731-2416

毎日の夜間はこちらへ

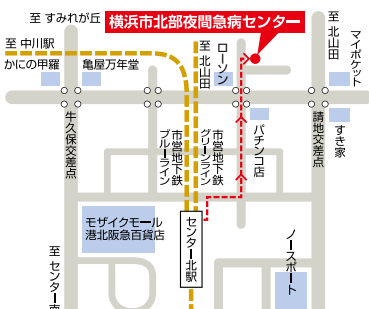
横浜市夜間急病センター ☎(045)212-3535
内科・小児科・眼科・耳鼻科：午後8時～午前0時
横浜市北部夜間急病センター ☎(045)911-0088
都筑区休日急患診療所1階 内科・小児科：午後8時～午前0時
横浜市南西部夜間急病センター ☎(045)806-0921
泉区休日急患診療所 内科・小児科：午後8時～午前0時

横浜市救急相談センター #7119
または ☎045-232-7119
①医療機関案内 24時間年中無休
②救急電話相談 24時間年中無休
横浜市歯科保健医療センター ☎(045)201-7737
休日・夜間救急歯科診療 休日診療：午前10時～午後4時 夜間診療：午後7時～11時

横浜市夜間急病センター
☎045-212-3535



横浜市北部夜間急病センター
☎045-911-0088



横浜市南西部夜間急病センター
☎045-806-0921



午前0時以降における
初期救急診療は

※受診する際は、必ず事前に電話確認してください。

小児科（小児救急拠点病院）			内 科	
都筑区	昭和大学横浜市北部病院	☎(045)949-7000	鶴見区	汐田総合病院 ☎(045)574-1011
港北区	横浜労災病院	☎(045)474-8111	西区	けいゆう病院 ☎(045)221-8181
鶴見区	済生会横浜市東部病院	☎(045)576-3000	中区	横浜中央病院 ☎(045)641-1921
保土ヶ谷区	横浜市民病院	☎(045)331-1961	保土ヶ谷区	聖隷横浜病院 ☎(045)715-3111
戸塚区	国立病院機構横浜医療センター	☎(045)851-2621	旭区	上白根病院 ☎(045)951-3221
中区	横浜立みなと赤十字病院	☎(045)628-6100	旭区	横浜旭中央総合病院 ☎(045)921-6111
港南区	済生会横浜市南部病院	☎(045)832-1111	磯子区	汐見台病院 ☎(045)761-3581
			港北区	菊名記念病院 ☎(045)402-7111
			緑区	横浜新緑総合病院 ☎(045)984-2400
			青葉区	横浜総合病院 ☎(045)902-0001
			戸塚区	戸塚共立第1病院 ☎(045)864-2501
			戸塚区	戸塚共立第2病院 ☎(045)881-3205
			戸塚区	東戸塚記念病院 ☎(045)825-2111

ラジオ組 みんなの健康ラジオ

ラジオ日本 AM1422kHz
にて放送中です

毎週木曜日 午前11:05～11:10

（『Hello! I, Radio』内で放送）

※再放送は毎週日曜日午前5:40放送

「目の愛護デー」眼科無料相談
のご案内

横浜市眼科医会所属の眼科医が
無料相談を行います

お気軽に
おいで
ください

●日 時：9月22日（日）12:00～16:00
●場 所：新都市プラザ
（横浜そごう地下2階正面入口前）
問い合わせ先▶希望が丘眼科 河野 望
☎045-366-5363