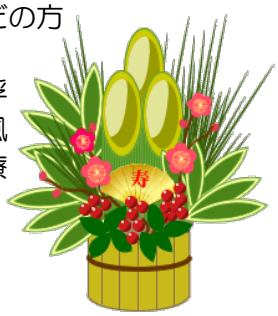
第11号にあたって

新年おめでとうございます。昨年は、ピョンチャン五輪での日本人選手の活躍はありましたが、大雪、西日本豪雨、猛暑、大型台風、北海道胆振東部地震と自然災害が多発しました。

新元号の始まる今年は、大きな災害や感染症の流行のない穏やかな１年であってほしいものです。これからインフルエンザも本格的な流行に入ることが予想されますので、ワクチン接種がまだの方は早めに受け、十分な睡眠をとり体調管理に努めるようお願いします。

今回は、病気の知識として、流行がみられている「風しん」と「結膜下出血・結膜浮腫」を取りあげました。また、世界中で問題になっている薬剤耐性菌に関する記事「風邪に抗菌薬（抗生物質）は効きません」も是非ごらんください。最終ページには、診療時間、交通アクセス、救急疾患検索サイトのアドレスなどが掲載されています。

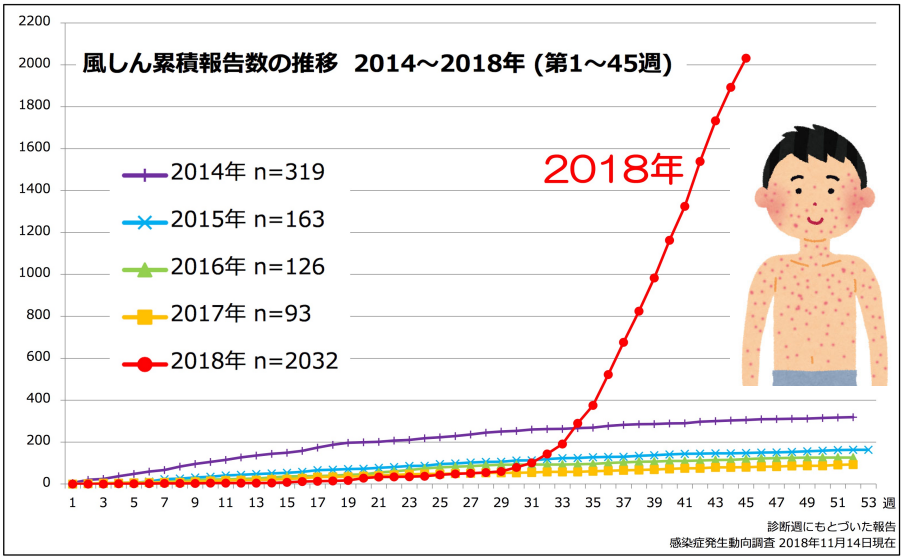


病 気 の 知 識

風しん

“ワクチン接種歴の確認を！”

- 風しんウイルスによっておこる急性の発疹性感染症で、流行は冬から初夏にかけてみられますが、最近は海外で感染して帰国後発症する輸入例がみられます。
- 風しんウイルスの感染経路は、飛沫感染で、ヒトからヒトへ感染します。感染力は、麻しん（はしか）や水痘（水ぼうそう）ほどは強くありません。
- 潜伏期間は２－３週間（平均１６－１８日）で、主な症状として発疹、発熱、リンパ節の腫れが認められます。
- 症状は子供では比較的軽いですが、まれに脳炎、血小板減少性紫斑病などが合併することがあります。大人では、発熱や発疹の期間が子供より長く、関節痛が多いとされています。
- 保育園、学校、職場は発疹が消えるまでお休みとなります。
- 一度かかると、大部分の人は一生かかることはありません。



- 2012～13年に大規模な流行があり、患者数が16,000人を超えました。約90%が成人で、男性が女性の約3倍多くかかりました。この流行で、45人の赤ちゃんが先天性風しん症候群と診断されました。
- その後は下火だったのですが、2018年は2,000人を突破し今後の大流行が懸念されています（図）。

【先天性風しん症候群】

- 風しんに対する免疫が不十分な妊娠20週頃までに感染すると、白内障、心疾患、難聴などの先天性風しん症候群の子どもが生まれてくる可能性が高くなります。予防はワクチン接種しかありません。
- 妊娠中の女性は予防接種を受けることができません。

- そのため、抗体を持たない又は抗体価の低い妊婦は、風しんが発生している地域では、可能な限り外出を避けるなどの注意が必要です。また、妊婦の夫、子ども、同居家族も予防に努めて下さい。

自宅で様子をみる 待つ

- 風しんはウイルスが原因なので、特効薬はありません。
- 風しんは、合併症を伴わなければ、比較的症状も軽く、治りもよいので安静にして１週間位は無理をしないでください。
- リンパ節の腫れは、痛みが強かったり、腫れがどんどん大きくなったりしない限り心配ありません。

通常時間に病院へ 行く　**急患センター等へ 行く**

- 痛みが強く、リンパ節が強く腫れている場合は、通常の時間帯に電話連絡をしてから医療機関を受診しましょう。
- 薬は、症状をやわらげるものが主体になります。

【急患診療センターを受診する場合】

- 他の患者さんにうつすことがあるので、風しんが疑われる場合（発熱と発疹がある場合）には、あらかじめ電話で連絡してから受診して下さい。
- 急患診療センターに到着したら、玄関前の屋外から電話で連絡していただくと看護師が案内します。

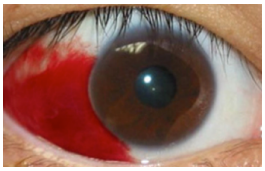
予防

【抗体検査とワクチン接種】

- 風しんの免疫があるかどうかは、抗体検査の結果が目安となり、抗体のない場合の風しんの予防にはワクチンの２回接種が最も有効です。
- 新潟市では、妊娠を希望する女性や同居者等の要件はありますが、抗体検査と予防接種費用の一部助成が実施されています（市内委託医療機関で実施）。
- 大人の女性で抗体のない場合は、妊娠の可能性のない時期に予防接種を受けておくほうがよいでしょう。接種後は2か月間の避妊が必要です。
- 男性でもワクチン接種は必要です。風しんの合併症から身を守り、家族や周りの人への感染を予防し、将来自分達のこどもを先天性風しん症候群から守るためにも、男性も風しんの予防接種を受けてください。

結膜下出血・結膜浮腫　“急ぐ必要はありません！”

結膜下出血（白目の出血）



- 結膜（白目）の血管が破れ出血したもので、痛みなどはありません（右図）。
- 結膜の一部分が少し赤くなるといったものから結膜全体が真っ赤になるものまで程度はさまざまです

自宅で様子をみる 待つ

- 放置しても1、2週間位で自然に治り、視力にも影響しないので心配はいりません。「眼が出血した」「眼が真っ赤になった」とびっくりするかもしれませんが、あわてることはありません。原因は不明のことが多いです。

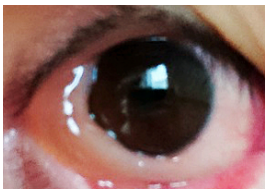
通常時間に病院へ 行く

- 目やにを伴う場合、頻繁に繰り返す場合は、治療が必要となる可能性はありますが、緊急性はないため、通常の診療時間内に診療所を受診してください。

急患センター等へ 行く

- 眼外傷を受けた場合、痛みを伴う場合は、治療が必要となる可能性がありますので、眼科医のいる救急外来を受診してください。（当センター眼科診察は、日曜・祝日の午前９時～午後６時：受付は午後５時30分まで）

結膜浮腫（ふしゅ）（白目のブヨブヨ）



- 結膜（白目）が急に水ぶくれになり、ゼリー状になって盛り上がりブヨブヨになるものです（右図）。白目の下は、すき間が多く、水がたまりやすいのです。
- かゆみを伴う場合は、アレルギーが原因のことが多く、眼をこすったり、掻いたりする刺激で悪化することがあります。

自宅で様子をみる 待つ

・患者さんは“眼が飛び出てきた”とびっくりしますが、あわてることはありません。
アレルギー物質と考えられるものから離れること、眼を刺激しないことです。
数時間くらいで、徐々に腫れが引いてくることが多いです。コンタクトレンズを着用している場合は、速やかに外してください。保冷剤や水で濡らしたタオル等で眼を冷やしてみてください。

通常時間に病院へ 行く

・眼科受診は通常の診療時間内でかまいません。
・浮腫の症状がとれないとき、浮腫以外の症状（かゆみや痛みなど）を伴うときは、眼科を受診してください。

風邪に抗菌薬（抗生物質）は効きません

「風邪をひいたらお医者さんに行って抗菌薬（抗生物質）もらおう・・・」なんて思ってはいませんか？　実は、抗菌薬（抗生物質）は風邪やインフルエンザのウイルスには効果がありません。細菌とウイルスは違う性質を持っており、大きさ、構造、増え方が異なり、抗菌薬（抗生物質）は細菌だけに有効な薬です。

通常の風邪（鼻汁・鼻閉の鼻症状、のどの痛み、せき・たんが同じようにみられる場合）では抗菌薬は不要です。

最近、効くはずの抗菌薬でも退治できない細菌（薬剤耐性菌）が大きな問題となっています。薬剤耐性菌が増えると効くはずの薬を飲んでも治らず、現在、世界で約７０万人が薬剤耐性菌で亡くなっています。理由としては、抗菌薬を飲むと、病原菌だけでなく私たちの体の中にすみついている菌も退治され、抗菌薬が効かない薬剤耐性菌だけが残り、増えてしまうためです。今後、何も対策をしなければ、３０年後には1,000万人が薬剤耐性によって死亡すると予測され、わが国をはじめ世界中で対策（薬剤耐性対策アクションプラン）がとられるようになってきています。

抗菌薬が治療で必要な場合もあるので、薬剤耐性菌を増やさないためには、治療に必要な抗菌薬を医師の指示通りにきっちり飲むことが大切です。医師に抗菌薬の処方を要求したり、人からもらったりしてはいけません。何よりも、ワクチン接種、手洗い、咳エチケットなどで感染症を予防することが重要です。

Ｑ＆Ａ　（質問に答えて）

Ｑ：他の医療機関と違い「診察券」は発行しないのですか？
受診のたびに申込書への氏名、住所、電話番号などの記載が面倒です。

Ａ：急患診療センターは、医療機関が休診する夜間や休日に応急処置をする診療施設です。翌日または休日明けには、かかりつけ医や病院を受診していただくため大半は１回の受診で終了します。受診者数は年間約６万人と多く、継続的に受診することがないため受診券を発行してはいません
めったに受診しない方が多く、次回受診時に保険証や住所等が変更になっていることがあるので、受診時には必ず保険証、受給者証の提示と診療申込書への記入をお願いします。

Ｑ：診療の予約ができないのは理解できますが、インターネットで混み具合やおよその待ち時間をわかるようにできませんか？

Ａ：受診患者数は、インフルエンザなどの流行時期や連休では多く混み合いますが、時間帯や天候でも異なり予想は困難です。短時間で多数受診し急に混雑することもあります。また、重症者を病院へ救急搬送を行う場合には診察から搬送先の決定までに30分以上かかることもあり、待ち時間が急に長くなります。
インターネットに待ち時間表示サービスをするには、診療科別に状況を把握し、短時間毎の情報を載せる必要があり職員の数も限られることから、行っておりません。
ただし、待ち時間が長い場合は受付近く（休日昼間は玄関）に、およその待ち時間を表示しています。
待ち時間のみの電話での問い合わせは、受診相談などの妨げになるので控えるようお願いします。

診療時間

診療科目	診療日	診療時間
内科 小児科	平日	午後７時～翌日午前７時 （受付時間：午後７時～翌日午前６時３０分）
	土曜	午後２時～翌日午前９時 （受付時間：午後２時～翌日午前９時）
	日曜・祝日	午前９時～翌日午前７時 （受付時間：午前９時～翌日午前６時３０分）
整形外科	平日	午後７時～午後１０時 （受付時間：午後７時～午後９時３０分）
	土曜（★）	午後１０時～翌日午前９時 （受付時間：午後１０時～翌日午前９時）
	日曜・祝日	午前９時～午後１０時 （受付時間：午前９時～午後９時３０分）
外科	平日	診察はしておりません
	土曜	午後３時～午後１０時 （受付時間：午後３時～午後９時３０分）
	日曜・祝日	診察はしておりません
産婦人科 眼科 耳鼻咽喉科 脳外科	平日	診察はしておりません
	土曜	診察はしておりません
	日曜・祝日	午前９時～午後６時 （受付時間：午前９時～午後５時３０分）

★土曜日午後3時～10時の「整形外科」は在宅当番医となります。（在宅当番医は毎回替わりますが、新潟日報土曜日朝刊の紙面、ホームページでは「新潟医療情報ネットの当番医案内」に掲載されます）

新潟市急患診療センター
ホームページ
http://www.niigata-er.org

新潟市医師会
救急疾患検索サイト
http://www.niigata-er.org/search/

＜急患診療センターの理念＞

市民と共に
市民に信頼される
救急医療の継続提供をめざします

＜理念の説明＞

① 市民の理解と協力、支援により円滑な運営が可能になります
② 職員は、質の高い急患診療を提供できるよう努力いたします
③ 超高齢社会、医師不足のなか、診療体制の維持継続を行うことが必要です

あとがき

今年は、平成が終わり新元号になります。近年、地球温暖化の影響でしょうか、大雪や猛暑など異常気象が目立ってきました。健康管理とともに、寒さ対策や熱中症対策（エアコンの整備など）、いざというときの災害用品の準備をお願いします。

発行：新潟市急患診療センター
〒950-0914
新潟市中央区紫竹山3丁目3番11号
TEL 025-246-1199