

あゆみクリニック通信

vol.284 10月号

①南半球で流行ったインフルエンザによるツインデミックが起るのか(※ツインデミック:インフルエンザとコロナの同時流行)

この秋の関心事は、情報最前線を誰よりも早く知る事が出来ます。紙で読まなくてもLINEでの通信をいつも楽しみにしてください。というお話をよく聞きます。

今、世界は移動時間も早くITで繋がっていますから、地球の裏側の事でも名古屋や大阪の事のように手に取る様によく分かります。素晴らしい事ですが、それ故に新型コロナウィルスもあつという間に世界中に拡がってしまったんですね。さて、このあゆみクリニック通信を通して皆さんは、医療情報最前線を誰よりも早く知る事が出来ます。紙で読まなくてもLINEでの通信をいつも楽しみにしてください。というお話をよく聞きます。

令和4年10月1日発行
発行所 あゆみクリニック
〒344-0023
埼玉県春日部市大枝400-4
TEL 048-731-3283
http://www.ayumi-clinic.com



時代の幕が閉じ... コロナ禍からの脱却を!

先日9月8日にエリザベス女王2世が安らかに息を引き取られました。96歳で在位70年。まさに「時代の幕が閉じた」という言葉がぴったりで、私の人生以上の期間を女王として生きて来られて、その時私の胸の中にも寂しい様な虚しい様な何とも言えない思いが込み上げて来ました。私の母は82歳で亡くなりましたが、エリザベス女王と同じ年なので「生きていたら96歳だった」という思いの中で、青春を戦時中の大変な時に駆け抜け帝国主義から民主主義の時代の中で過ごしました。2022年という年は、コロナ禍でパンデミックの中で世界大恐慌時代に入りつつあり、ロシアのウクライナ侵攻は資本主義という世界の柱の思想の無力化を感じる時代へと変わりつつあります。これから資本主義が壊れたら...。共産主義が核を使用したら...。など世界中で暗闘の中を模索している時代にエリザベス女王の崩御は、まさに「時代の幕が閉じた」という実感がします。そして母が亡くなった時の様な寂しい感覚...。英国の国母ですから、英国国民は皆そんな実感を持って女王を追悼し国葬に参列されたのでしょうか。国葬は大英帝国を彷彿とさせる素晴らしい内容でした。英国もチャールズ国王の元、新しい時代を迎えていきます。

R4年10月~12月の予定

| 10月 | | | | | | | 11月 | | | | | | | 12月 | | | | | | | | |
|-----|----|--------------------|----|----|----|----|-----|----|----|----|--------------------|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
| | | | | | | 1 | | | 1 | 2 | 3 3連休の日 休診 | 4 | 5 | | | | | 1 | 2 | 3 | | |
| 2 | 休診 | | | 6 | 7 | 8 | 6 | 休診 | | | 10 | 11 | 12 | 4 | 休診 | | | 8 | 9 | 10 | | |
| 9 | 休診 | 10 スポーツの日 休診 | | 13 | 14 | 15 | 13 | 休診 | | | 17 | 18 | 19 | 11 | 休診 | | | 15 | 16 | 17 | | |
| 16 | 休診 | | | 20 | 21 | 22 | 20 | 休診 | | | 23 勤労感謝の日 休診 | 24 | 25 | 26 | 18 | 休診 | | | 22 | 23 | 24 | |
| 23 | 休診 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 27 | 休診 | 28 | 29 | 30 | | | 25 | 休診 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 30 | 休診 | 31 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

★10/10(月)スポーツの日:休診 ★11/23(水)勤労感謝の日:休診 ★12/29(木)~31(土):年末休診

- ・新型コロナウイルスの流行状況により、予告なく診療時間など変更になる場合がございます。ご迷惑をお掛け致しますが、予めご了承下さい。
- ・火曜日の午後は休診となります。(受付13:00まで)
- ・土曜日の午後は休診となります。(受付13:00まで)
- ・慢性疾患(高血圧・高脂血症・糖尿病・喘息など)の方は予約診療をお受けください。
- ・点滴を希望される方は受付終了1時間前までにお申し出ください。
- ・PCR検査の受付は15時までです。(火・土は12:30まで)

| 受付時間のご案内 | | | | | | | |
|-------------|---|----|---|-----|---|----|----|
| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 8:00~13:00 | ○ | ○ | ○ | 二診制 | ○ | ○ | 休診 |
| 14:00~17:00 | ○ | 往診 | ○ | 休診 | ○ | 休診 | 休診 |

●休診日●
木・土(午後)・日・祝

★受付時間にご注意ください★
以下の診察をご希望の方は受付終了時間にご注意下さい

- 糖尿病初診の方
- 舌下療法初診の方
- 点滴希望の方

午前受付:12時まで 午後受付:16時まで
糖尿病、舌下療法初診の方は指導等にお時間がかかりますので必ずこの時間までに受付をお済ませください

《外来担当変更のお知らせ》
水曜日は基本的に2診制となります!

- 午前:2診制 (院長・藤川実古乃先生)
- 午後:2診制 (院長・実古乃先生)

午後は院長不在の時もありますのでご了承ください

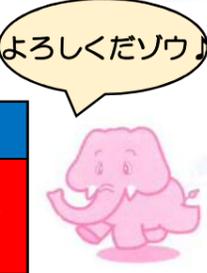
②9月末よりBa1対応コロナワクチン接種が始まりましたが、受けた方が良いのか受けるかすればいつ頃が良いのか

③新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種について

この3つに関するお話は、プラス肺炎球菌ワクチンに関する大切なお話をしたと思います。まず①に関しては、図1に示すように今年の5月から南半球オーストラリアで急速なインフルエンザの流行が立ち上がり、急いでインフルエンザワクチンの接種で抑え込んだという事実があります。従って、11月頃よりインフルエンザの流行が予想されますので、予防的に10月よりインフルエンザワクチンの接種を開始し、「コロナの流行の中でインフルエンザの流行やワクチンに関する関心が薄れていますが、今年には必ず接種をした方が良く」と言えます。「コロナ禍が3年もあったので、様々なウイルスに対する免疫力の低下が見られ、今年の夏には既にRSウイルス、ヒトメタニューモウイルス、手足口病などが子供にも大人にも流行していました。まだ免疫が確立されていない子供の方が重症化しますし、特に10歳以下の子供はインフルエンザ脳症にならない為にも今年のインフルエンザワクチン2回接種は必須だと言えます。

Ba1対応ワクチンが始まりました。現在日本で流行しているオミクロン株はBa5です。米国では既にBa4、5対応ワクチンが出来上がって接種が始まったという話ですが、そのワクチンよりは1世代前のワクチンという事になります。しかし、従来のコロナウイルス対応ワクチンとの2価のワクチンになっていて、従来のものよりはオミクロンBa5に対して1.5倍以上の効果があると言われています。まだ1度もあるいは1度しかワクチンを接種していない人は第2回目までのワクチン接種は従来のワクチンで行うべきですが、3回目以降のワクチンはオミクロンBa1対応株が入った2価のワクチンを接種する事が良いと考えます。ただ、その流通の状況によつては、3回目あるいは4回目を急ぐ人にも、従来のワクチンでも新しい2価ワクチンでもどちらでも良いと思います。何故なら2価のワクチンを打ったからと言って必ずしもオミクロン株にかからないという訳ではなく、重症化を予防するという観点からはどちらでも大きく変わらないからです。それよりも3回目を早く接種しないと海外渡航に支障が出るのか旅行割引が使えないなどの支障があり、その点では従来のものでも2価のものでも早く3回目を打ちさえすれば良いという観点があからずです。

また、3回目、4回目、5回目のワクチンをこれから打つ人において面白いデータがあります。それは、中和抗体価が下がった時にワクチンを打つとしっかりと抗体価が上昇するのですが、十分に抗体価がある時に追加接種してもさほど上昇しない(少ししか上昇しない)というデータです。私もよく患者さんから追加のワクチンは何ヶ月したら打った方が良いのかと聞かれます。データでは中和抗体は4~5ヶ月すると急激に下がると言われていますが、個人差が大きい様です。何回も回数を打ちたくない、あるいは打つ必要があるのか疑問を持っている人は抗体価が

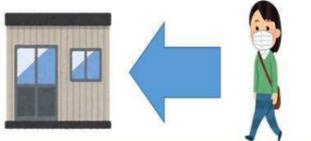


あゆみクリニック PCR検査から診察までの流れ

①予約・受付方法

インターネット (<http://www.yumi-clinic.com>) かお電話にて必ずご予約の上ご来院ください。ご予約のない場合はお断りさせて頂く場合がございます。来院しましたらクリニックの裏口へまわって受付をしてください。

②プレハブ診察室にて検査



クリニックの隣に設置してあるプレハブ診察室にて抗原検査、PCR検査を行います

③検査後の対応

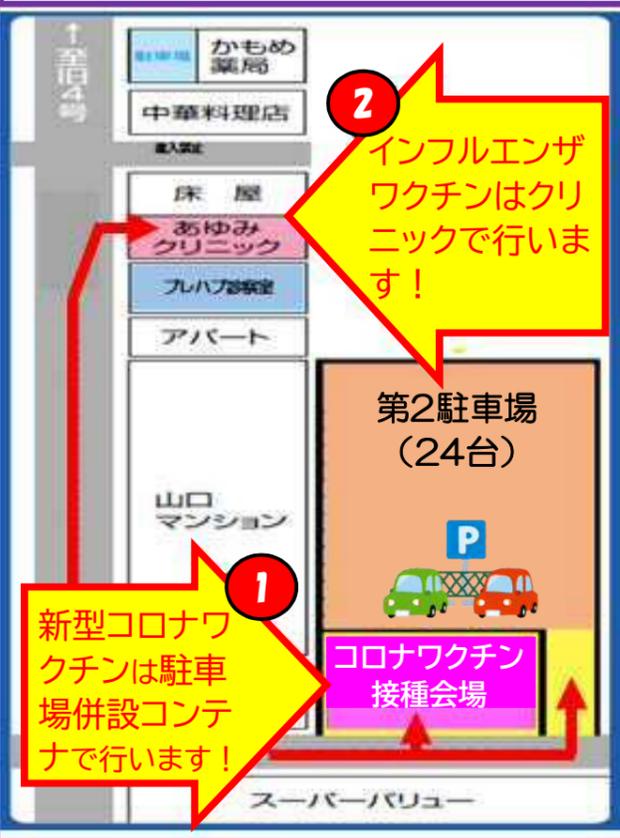
- 陰性の場合・・・クリニックにて検査・診察、お薬の処方
- 陽性の場合・・・プレハブ診察室にてお薬の処方

※お車でご来院の方へ※

近隣住民や店舗の迷惑になりますので

お車は駐車場に停めてから受付して下さい

ワクチン接種会場と駐車場のご案内



2 インフルエンザワクチンはクリニックで行います!

1 新型コロナワクチンは駐車場併設コンテナで行います!

最後に肺炎球菌についてお話します。
高齢者の死亡原因の第1位は「悪性新生物(癌)」2位「心疾患」3位「肺炎」となっています。その中で高齢になる程介護度が高くなっていき、肺炎の中でも「誤嚥性肺炎」の割合が高くなっていきます。誤嚥性肺炎の原因菌では肺炎球菌がダントツに高く、この肺炎球菌はかかって抗生物質を投与しても耐性が強く、ワクチンで予防しておく事が重要とされ、20年前よりPPV23(ニューモバックス)が打たれる様になりました。今では65歳になる年に1回だけ公費で割引(春日部市は25000円、越谷市は30000円)で打つ事が出来ます。しかし平均寿命が延びた現代では、その1回では75歳以上の後期高齢者になった時にはワクチンの効果が消失してしまうという事で、PPV23(ニューモバックス)は2回まで接種する事(5~10年の間隔)がうたわれています。更に乳児にも接種しているPCV13(プレベナー)という肺炎球菌ワクチンが、PPV23(ニューモバックス)と一定の

下がったら追加を打つのが良いと思われれます。早い人では3ヶ月で下がる人もい
ると思います。政府は今回の追加ワクチンは5ヶ月待たなくても3ヶ月でも打つて
も良い方針にすると言っています。前記した通り、個人差がありますので、1番
効果的な打ち方は中和抗体が2000を切ったら打つという方法です。検査代が
3000円かかってしまいますが、効果の薄い方法で接種するよりは1番有効なタ
イミングで打つ事が大切だと思える人は中和抗体を確認してから打つ事をお勧め
致します。
今年のインフルエンザに備えてインフルエンザの流行時期とコロナ第8波の流行時
期がぶつかる可能性がある今年の冬は、コロナワクチンとインフルエンザワクチン
の同時接種が今年より可能になりました。
同時接種については、今の小学生以下の子供達は生後2ヶ月から多くのワクチン
同時接種して来た世代ですから、同時接種に対する抵抗は少なく、有効性におい
ても立証されているのですが、12歳以上の世代はあまり同時接種という事に対
してなじみがなく、抵抗感や恐怖感を持つかもしれません。しかし欧米では既に
この2つの同時接種には問題が無く有効性も立証されている為に日本でも今期よ
り開始する事になりました。コロナワクチンは開発されてまだ2年あまりの新し
いmRNAワクチンですが、その有効性と安全性においては大変多くのデータが出
ており、死亡などの重篤な副作用が出る確率は0.1~0.03%とされており、
コロナウイルスにかかってしまつて死亡する確率は当初65歳以上では4.1%から
2.4%に下がり、65歳未満で0.076%から0.047%に減少していますが、
それでもワクチン接種副作用による死亡率よりもはるかに低くなつてしまつて死
亡してしまう確率の方が高いのです。
今期は同時接種でなくても2週間から1ヶ月くらいずらした接種でも構いませ
んで(両方のワクチン接種を行う事をお勧め致します。詳細はクリニック通信
Vol.2023臨時増刊号もご参照下さい。
高年齢者の死亡原因の第1位は「悪性新生物(癌)」2位「心疾患」3位「肺炎」とな
っています。その中で高齢になる程介護度が高くなっていき、肺炎の中でも「誤嚥性
肺炎」の割合が高くなっていきます。誤嚥性肺炎の原因菌では肺炎球菌がダ
ントツに高く、この肺炎球菌はかかって抗生物質を投与しても耐性が強く、ワクチン
で予防しておく事が重要とされ、20年前よりPPV23(ニューモバックス)が
打たれる様になりました。今では65歳になる年に1回だけ公費で割引(春日部
市は25000円、越谷市は30000円)で打つ事が出来ます。しかし平均寿命が延び
た現代では、その1回では75歳以上の後期高齢者になった時にはワクチンの効果
が消失してしまうという事で、PPV23(ニューモバックス)は2回まで接種する事
(5~10年の間隔)がうたわれています。更に乳児にも接種しているPCV13
(プレベナー)という肺炎球菌ワクチンが、PPV23(ニューモバックス)と一定の

コロナワクチン
予防接種カレンダー

| 10月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |
| 11月 | | | | | | |
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 12月 | | | | | | |
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

新型コロナワクチン
接種時間
9:00~17:00

インフルエンザ予防接種カレンダー

| 10月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |
| 11月 | | | | | | |
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 12月 | | | | | | |
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

詳細はクリニック通信
秋の臨時増刊号をご
参照ください

グレー 診療受付時間内に
受診してください
1~3ヶ月の間に定期的に当院へ
慢性疾患で通院している又は公費
予防接種と同時接種の方以外は
定価となります。※東振協、土建
組合の接種券は原則使えません。
あまの創健は定価となります。

オレンジ 9:00~17:50 公費同時接種不可

緑 14:00~18:00
他の予防接種との同時
接種は接種できません

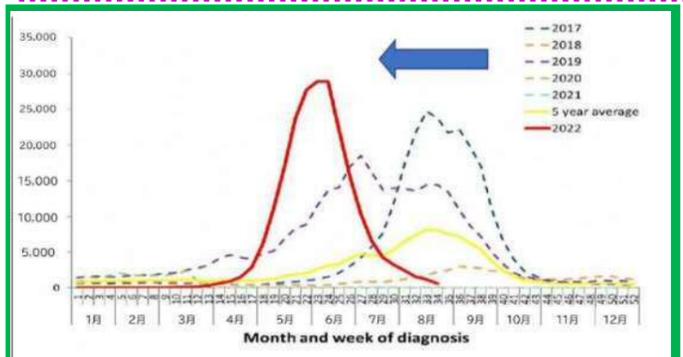


図1 オーストラリアでのインフルエンザ患者報告者数の過去の推移

クリニックで使用している物と同じ!
抗原検査キット販売中です

分かりやすい
採取方法&隔離期間
の解説文付!

ポイント
★無症状の場合、陽性者の方と最終接触日の翌日より2日
目、3日目に検査をして下さい。両日も陰性の場合のみ
自宅待機が3日目で解除になります。
★症状がある場合は医療機関を受診して下さい。

価格: 1セット ¥1,500 (税込)

間隔を置いてセットで接種する事が非常に重要であるという事を10年位前より
感染症学会や呼吸器学会でうたわれています。しかしこのPCV13(プレベナー)は
公費ではなく自費(当院では11000円)である為、自ら接種する人がまだ非常に
少ないという事実があるのです。
当院で発熱外来をしていて、コロナ陰性の方でもその中に肺炎を起こして熱を出
している方がいて、X線を撮ったり血液検査で診断されます。重症の方は即入院に
なる方もいます。そんなコロナ感染の裏では肺炎による死亡が全く減らない深刻な
状況があり、かえってコロナ流行の中で発見が遅れてしまつて現状もありません。
間もなくコロナ禍を脱して医療の正常化を進めていく中で、この肺炎の問題は大き
くクローズアップされます。

是非この事を心に留めて冬支度をお願いしたいと思います。