つくしんぼ

平成25年 秋号 第166号

北里研究所病院だより

Kitasato 100×50
Pioneer the Next

特集 知っておきたい予防接種のこと …… P2〜3

風疹が流行しています／抗体と予防接種／定期接種と任意接種／予防接種外来について
当院で推奨するワクチン／当院で取り扱っているワクチン

目次

老人看護専門看護師…… P1
行事予定…… P2
1日看護体験の様子…… P4
市民公開講座のご案内…… P4
糖尿病フェスティバルのご案内…… P4
乳がん勉強会のご案内…… P4

老人看護専門看護師

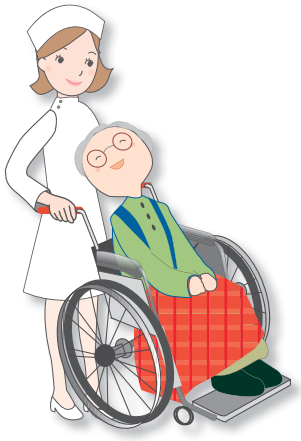
老人看護専門看護師　和田　奈美子

1．老人看護専門看護師のご紹介

専門看護師は日本看護協会により認定された資格で、「実践」「相談」「調整」「倫理調整」「教育」「研究」の６つ役割が期待されています。専門看護師は平成８年に発足し平成24年には11分野まで増え、現在では1,000人を超えました。老人看護分野は平成14年に認定され、平成25年４月現在で55名まで増えていますが、いまだ１名もいない都道府県が多いのが現状です。世界に類をみない速さで進む日本の高齢社会に対し、老人看護専門看護師数は十分とは言えません。老人看護専門看護師の活動の場は、一般病院、療養病院、訪問看護ステーション、特別養護老人ホーム、看護系大学の教員など多岐に渡っていますが、専門看護師数が十分といえない中、各々の老人看護専門看護師は各所属施設において孤軍奮闘しながら活動しています。

2．専門看護師の役割とは

高齢者が入院・入所する施設や在宅において、認知症や嚥下障害などをはじめとする複雑な健康問題を持つ高齢者のQOLを向上させるためには、水準の高い看護を提供することが必要です。しかし、高齢者の特徴を踏まえることなく、病気の治療のみが優先され、病気をもちながら生活している高齢者の“生活”や“人権”はなおざりにされているのが現状です。高齢者にとっては、病気の治療とともに生活の質を重視していくことが必要になります。高齢者独自の考え方や方法を踏まえ活動に活かしていくことで、看護の質を保障し、ご本人やご家族のQOLの向上に貢献していく役割が求められています。具体的な活動としては、健康な状態での生活を維持するための予防的見地に立った活動や生活環境の整備や身体・こころの老化、認知症、せん妄や低栄養・褥瘡、脱水などに対する介入などです。そして、いずれ訪れる別れが高齢者にとっても、ご家族にとっても納得のいくものとなるような“終末期ケア”の確立が重要な役割になります。



3．どのような活動をしているのか

当院の入院患者の約６〜７割は高齢者です。各病棟や外来に出向き、高齢者のご家族や看護師からの相談を受けています。今後は、療養・介護指導や認知症の対応および情報提供の場として“高齢者相談”を設けて、皆さまにお気軽にご相談いただけるよう準備を進めております。

今後の超高齢社会にむけ、高齢者の特徴を踏まえた質の高いケアを実践するためには、組織全体での取り組みが必要になってきます。高齢者の特徴として、死が避けられない現状の中で、意思確認の難しい認知症高齢者や寝たきり高齢者の意思をどのように受け止め実現していくのか、人生最期のときを人らしく過ごせるためのケアとはなにか、高齢者の終末期ケアの確立を目指し、多職種で協力しながら、最期までその人らしく過ごせるよう支援していきたいと考えています。

特集　知っておきたい予防接種のこと

●風疹が流行しています

各報道でも取り上げられているように風疹が流行しています。平成25年１月から８月までに全国で14,000件の報告があり、まだまだ安心はできない状況です。また、感染者の多くは20代から40代までの男性です。これは過去の予防接種制度に原因があると考えられ、この年代の男性はワクチン接種の機会に恵まれなかったためです。先天性風疹症候群（妊娠初期に妊婦が風疹にかかり、心疾患、白内障、難聴などの障害を持った赤ちゃんが生まれる）は、今年で既に９例報告されています。事前にワクチンを接種し、病気から自分の身を守るとともに、家族はもちろん、職場や学校などにおける周囲の人々にも病気を広めないようにすることが大切です。

●抗体と予防接種

良く耳にする「免疫」とは、外部から体に侵入してきた細菌やウイルスなどの病原体と戦う生体の防御機構です。毒性を弱めた細菌やウイルスの液、すなわち「ワクチン」を体に注射することによって、体内の免疫にかかわる細胞にこれらの病原体に対する抗体を作らせることができます。そうすることにより、次に同じ病原体が侵入してきても、抗体を作る記憶をしている細胞が働いて大量に抗体を作り出し、発病を防ぐ、あるいはかかってしまっても軽い症状で済むということが可能になるのです。

ワクチンは病原体である細菌やウイルスから作られており、その作り方により以下の３種類に分けられます。

生ワクチン	不活化ワクチン	トキソイド
病原性を弱めたものを注射することにより、体のなかで増殖させて免疫をつくるもの。	免疫（抵抗力）をつけるのに必要な成分を病原体からとりだして毒性をなくしたもの。	細菌の作る毒素を取り出して無毒化するが、抗体を作ることは出来る。
体の中でウイルスや細菌が増えるため、不活化ワクチンに比べて効果が強く、持続も長い。接種後は４週間待って、次のワクチン接種を行う。	体の中でウイルスや細菌が増えることがないため、効果が弱く、持続も短いため数回の接種が必要。 接種後は１週間待って、次のワクチン接種を行う。	毒素による発病を防ぐ。不活化ワクチンと同様、効果が弱く、持続も短いため数回の接種が必要。

●定期接種と任意接種

定期接種は、国や自治体が乳幼児に接種を強く薦めているもので、接種側にとっては経済的負担が少ないです。一方、任意接種は、接種するかどうかは、接種を受ける側（赤ちゃんなら保護者）に任されています。また、健康保険も適用されませんので、接種費用は自己負担となります。接種を受けずに感染症にかかり、重症化することも考えられますので、リスクを考慮の上、かかりつけ医とよく相談してみてください。

※最近は任意接種であっても自治体によっては助成の対象となる場合もあります。

●予防接種外来について

当院では、小児期の一般的な勧奨接種、任意接種の他にも、成人の予防接種の実施や海外渡航などに必要な予防接種のご相談も行っています。お気軽に小児科外来へお問い合わせ下さい。

予防接種外来予定

月・火曜日	午後３時00分～４時00分（予約制）
水曜日	午後１時30分～３時00分（予約不要）

行事予定

■港区健康診査のお知らせ

（港区在住で40歳以上の方が対象です）

期　間　平成25年11月29日（金）まで
※予約制の項目を除く
時　間　午前８時00分～午前11時30分
（月曜日～金曜日の平日のみ）
場　所　３階セミナー室
受付方法
①一般健診は当日受付のみです。自動再来機で受付後、健診会場までお越しください。
②胃がん・子宮がん・乳がん検診は定員制となっております。
※子宮がん検診の予約受付は今年度終了しました。
※乳がん検診はお電話でもご予約を受付けております。（胃がん検診は電話予約不可）
お問い合わせ先
TEL　03－5791－6325（港区健診受付）

■リビングウイルセミナー

開催日　平成25年10月5日（土）
時　間　午前10時00分～午後12時00分
場　所　３階セミナー室
定　員　20名
受講料　2,000円（税込）テキスト含
申込方法
TEL　03－5791－6345（予約センター）

■肝臓病教室

開催日　平成25年10月5日（土）
時　間　午後１時00分～午後３時00分
場　所　４階AB会議室
受講料　無料
申込方法
TEL　03－5791－6345（予約センター）

■ロコモ教室

開催日　平成25年10月28日（月）
時　間　午後２時00分～午後３時30分
場　所　４階AB会議室
受講料　1,050円（税込）
申込方法
TEL　03－5791－6345（予約センター）

■医療安全月間

当院では、院内の医療安全に対する体制を強化するため、医療安全月間を設けて全職員の医療安全に対する意識を高めております
期　間　平成25年11月１日（金）～30日（土）

●当院で推奨するワクチン

小児科部長
綾　美咲

MRワクチン（麻疹・風疹ワクチン）

成人の方は、先天性風疹症候群や成人麻疹にかかるリスクがあるので、風疹と麻疹の両方に免疫をつけておくことが望まれます。従って、ワクチンを受ける場合は、MRワクチンがお薦めです。尚、ワクチンを打った後で、過去に麻疹や風疹にかかっていたことがわかった、あるいは予防接種を打っていたということがわかることもあります。いずれの場合も麻疹風疹ワクチンを追加接種したということで問題となることはありません。

水痘ワクチン（成人向け）

子供の頃、水疱瘡になった後、水痘ウイルスは脊髄近くの神経節に潜んでいます。加齢やストレスなどがきっかけとなって暴れだし、神経に沿って発疹のできる帯状疱疹を発症します。帯状疱疹は治っても、頑固な神経痛に悩まされることがあります。水痘ワクチンを接種することで（特に50歳以上の健康な男女、また糖尿病、がん、膠原病などの方は状態の落ち着いている時）帯状疱疹にかからないようにする、もしかかったとしても帯状疱疹後の神経痛を軽くすることができます。

インフルエンザワクチン

インフルエンザワクチンは、次のシーズンに流行するインフルエンザウイルスの型を予測して毎年作られます。これは、インフルエンザウイルスが他のウイルスと違って、非常に変異しやすいためです。過去にインフルエンザにかかったことがあり、体内にそのウイルスに対する抗体ができていても、次に侵入してくるインフルエンザウイルスに効くとは限らないのです。従って、十分に免疫をつけるためには、毎年ワクチンを受ける必要があります。当院では毎年10月から接種を開始しています。A型2種、B型1種のウイルスに対する免疫を期待できます。

渡航向けワクチン

渡航が決まりましたら、出発までのワクチン接種の予定をたてますので、お早めにご相談下さい。A型肝炎、B型肝炎、狂犬病、破傷風ワクチン（通常各ワクチンを各３回接種します。出発前までに２回済ませ、３回目は半年から１年後に一時帰国などを利用して接種）が基本となります。アジア諸国では日本脳炎の追加、アフリカ、南アメリカでは地域により黄熱病ワクチンが必要になります。また年齢により麻疹・風疹などの生ワクチンも追加接種した方が良い場合があります。必要なワクチンを安全にかつ効率よく接種し、健康な海外生活を送りましょう。

●当院で取り扱っているワクチン

■生ワクチン

定期	麻疹ワクチン	肺炎、脳炎を合併し易い。平成19年に成人麻疹（10代後半～20代）が流行した。原因としては、麻疹ワクチンの未接種や接種後十分な免疫がつかなかった、或いは年齢と共に免疫が低下したなどが考えられる。
定期	風疹ワクチン	脳炎、血小板減少症を起すこともある。十分な免疫をもたない女性が妊娠初期に感染すると先天性風疹症候群が生まれる危険性がある。
定期	麻疹・風疹ワクチン（MRワクチン）	麻疹（Measles）と風疹（Rubella）の２疾患に対するワクチン。
任意	水痘ワクチン	脳炎、肺炎の合併を起すことがある。免疫力の低下時には重症化しやすい。
任意	ムンプスワクチン	耳下腺の腫れが特徴的で、合併症は髄膜炎が多く、脳炎、膵炎、精巣炎、難聴を起すことがある。
任意	ロタウイルスワクチン	嘔吐、下痢による重症の脱水や、痙攣、脳症による後遺症を残すこともある。小児期の重症な胃腸炎の原因として最も多い。
定期	BCG	結核菌による乳幼児の髄膜炎、粟粒結核（結核菌が全身臓器にばらまかれた状態）などの重症化を防ぐ。

■不活化ワクチン

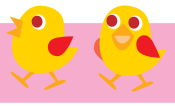
定期	三種混合ワクチン（DPT）	D：ジフテリア、P：百日咳、T：破傷風の頭文字をとってDPTワクチン。ジフテリアの多くは咽頭で菌が繁殖、菌の産生する毒素で神経麻痺、心筋炎、呼吸困難となり致命率が高い。百日咳は咳がひどく乳児では肺炎、無呼吸、脳症を起こす事がある。成人では長引く咳を特徴とする。破傷風は土壌に分布する菌が傷口などから感染し、菌の毒素で痙攣などを起す。
定期	四種混合ワクチン	上記DPTワクチンに不活化ポリオワクチンが加わったもの。
定期	不活化ポリオワクチン	生ワクチンによる麻痺が問題となり、昨年より不活化ワクチンに切り替わった。1975年から1977年生まれの成人は、十分な免疫がついていない場合があり、不活化ワクチンの追加接種を推奨している。また、現在でもポリオ流行のみられる国（インド、パキスタン等）に渡航する際も推奨する。
定期	二種混合ワクチン（DT）	ジフテリアと破傷風の２疾患に対するワクチン。小学校高学年で接種し、幼少時に三種混合ワクチンでつけた免疫をさらに強化させる。
定期	ヒブワクチン（HIB）	ヘモフィルスインフルエンザ菌ｂ型、略してHib（ヒブ）は乳幼児の細菌性髄膜炎で最も多い原因菌であり重症化し易い。
定期	肺炎球菌ワクチン	乳幼児の細菌性髄膜炎の原因として上記ヒブについで多い。成人（65歳以上の高齢者肺炎予防）用と小児（生後２ヶ月以降）用がある。
定期	日本脳炎ワクチン	日本だけではなく東南アジアー帯に分布し蚊が媒介する。脳炎になると致命的あるいは重い後遺症を残す。アジア諸国に旅行、赴任する場合は成人でも追加接種を推奨する。
任意	A型肝炎ワクチン	ウイルスに汚染された食事や飲み物から感染。日本国内でも発症するが、特に途上国では常時感染の機会あり。
任意	B型肝炎ワクチン	ウイルスに汚染された血液の輸血や、けが、性交などにより感染。母親がB型肝炎である場合、感染予防のため出生した赤ちゃんにワクチンを開始。ウイルス持続感染者（キャリアと呼ばれる）になると将来慢性肝炎、肝硬変、肝癌を発症。渡航用ワクチンとしても推奨。
任意	狂犬病ワクチン	犬だけでなく猫、サル、アライグマ、コウモリなどからも感染する。現在、日本では狂犬病の発症はない。
定期	子宮頸癌ワクチン	性交により感染し、ウイルスが長い間残っていると子宮頸癌を発症。子宮頸癌のみと尖圭コンジローマ（陰部に多数のいぼ）の両方の予防に働く２種のワクチンがある。性交渉開始前の接種が効果的（日本では中1から高1の女子対象）だが、再感染の予防にもなるので成人女性の接種も推奨する。
任意※	インフルエンザワクチン	高齢者や呼吸器・心臓疾患のある人がかかると重症化しやすい。小児では脳炎・脳症を起すことが多い。

■トキソイド

任意	破傷風トキソイド	破傷風菌の産生する毒素を取り出し、その毒性を弱めたもので、破傷風を予防する。

※65歳以上および60歳以上～65歳未満で、リスクが高い場合のみ公費対象となる。
☆公費助成については、市区町村により異なりますのでご確認ください。

１日看護体験の様子



医療・看護への理解を深め、進路選択の一助とするために、7月25日（木）に「一日看護体験」を実施いたしました。当日は、中学生や高校生を迎え、職員や患者さまとの触れ合いを通して、人の命・健康・思いやりの心・援助について考える機会を持っていただくことができました。

市民公開講座のご案内

『前立腺がん－検診から診断・治療まで－』

近年、日本人男性がん患者の中でも、肺がん、胃がんに次ぐ第３位に位置づけられるまでに増加している「前立腺がん」をテーマとした市民公開講座を開催します。前立腺がんに関る検診から治療法について、専門スタッフがわかりやすく解説いたします。

開催日	平成25年10月27日（日）
時　間	午前10時00分～11時30分
場　所	北里大学薬学部コンベンションホール （白金5−9−1北里研究所病院･病院棟向かい）
内　容	・“前立腺がん検診”と “治療の必要がない前立腺がん” ・前立腺がん手術療法 ・チームで取り組む前立腺がんの放射線治療
申込方法	申込不要。参加費無料。 当日、直接会場へお越しください。

糖尿病フェスティバルのご案内

11月14日は世界各地で糖尿病の予防や治療などを喚起する啓発活動が行われている「世界糖尿病デー」に指定され、当院でも「第７回糖尿病フェスティバル」を開催します。糖尿病に関わる様々な情報の提供や血圧・血糖測定などを、病院の患者さま、地域住民の皆さまに無料で測定していただけます。また、糖尿病専門医による無料相談も行いますので、この機会に是非健康チェックにご参加ください。

開催日	平成25年11月14日（木）
時　間	午前９時30分～12時30分
場　所	東京メトロ白金高輪駅構内 （改札近く）
参加費	無料

乳がん勉強会のご案内

－知っておきたい、乳がんのこと－　第１回『乳がんと向き合う』

近年、増加している「乳がん」について、勉強会を開催します。乳がんの治療法から“心”のことを、医師、専門看護師がご説明いたします。

開催日	平成25年11月２日（土）	定　員	80名
時　間	午後2時00分～3時30分	参加費	無料
場　所	３階セミナー室	申込方法	TEL　03-5791-6345（予約センター）

編集後記

国内史上最高気温を更新した今年の夏。厳しい暑さに秋の到来を待ち遠しく感じられた方もいらっしゃったのではないでしょうか。
さて、七草粥で親しまれている春の七草ですが、秋にも七草がある事をご存知ですか？
「秋の七草」は『萩（はぎ）、尾花（すすき）、葛（くず）、撫子（なでしこ）、女郎花（おみなえし）、藤袴（ふじばかま）、桔梗（ききょう）』で、観て楽しむものとされております。
奈良時代初期の万葉歌人山上憶良が歌に読んだことが由来とされ、時を超えて多くの人々に愛でられてきたものです。
自然豊かな場所で健気に咲く野の花たちは、感動と元気を与えてくれます。皆さまも小さな秋を探して、少しずつ変化する季節を感じてみてはいかがでしょう。（熊倉）

新任医師紹介

平成25年７月１日付

泌尿器科　後期研修医
立花　貴史
（たちばな　たかし）

整形外科　後期研修医
谷本　祐之
（たにもと　ゆうじ）

退職医師紹介　平成25年6月30日付　　整形外科　星野　裕　　麻酔科　平畑　枝里子

URL http://www.kitasato-u.ac.jp/hokken-hp/　　皆様のご意見をお待ちしております。