

# クリニックレター 2019年12月

〒663-8113 西宮市甲子園口2-8-31 医療法人岐黄会西本クリニック

TEL:0798-65-5111 FAX:0798-65-5115 HP: <http://www.nishimotoclinic.jp/>

このクリニックレターは、西本クリニックから患者様への情報を、すばやく、わかりやすくお伝えするためのお手紙です。原則月1回の発行で、スタッフが皆さんに知っていただきたい事をビビッドに発信していきます。

## インフルエンザ最新情報

そろそろインフルエンザの季節になってきました。西宮市では、南部の小学校で学年閉鎖になったとの話も伝わってきています。そこで、今回はインフルエンザについてのお話です。

最初に問題です。次の1)から5)までの問題、どれが正解でどれが間違っているでしょうか。まずは、お読みになって考えてください。

問1) インフルエンザになったら、抗インフルエンザ薬をのんだほうがよい。

問2) 抗インフルエンザ薬を飲むと、症状の改善が平均約2日早まる。

問3) 抗インフルエンザ薬を飲むと、死亡リスクが改善する。

問4) 抗インフルエンザ薬を飲むと、吐き気や嘔吐も改善する。

問5) インフルエンザの予防で最も効果的なのは、マスクと手洗い、うがいである。

皆さん、わかりましたか？ 正解は・・・1)2)3)4)5)ともすべて、間違いです！以下、その理由を解説します。

問1)現在、抗インフルエンザ薬による治療が推奨されているのは、次の①～⑦に該当する高リスク群の患者さんです。

① 5歳未満の小児 ②65歳以上の高齢者 ③妊婦さんと産後2週間以内の女性

④ 喘息や慢性閉塞性肺疾患、てんかん、糖尿病などの基礎疾患のある方

⑤ 免疫抑制剤を服用しているなど免疫が低下する病気の方 ⑥著明な肥満の方

⑦ 介護老人施設や長期療養施設に入院している方 で、いずれも発症から48時間以内の場合とされています。

これら高リスク群以外の患者さんに関しては、ガイドライン(GL)によって差があり、亀田病院のGLでは、「これらの高リスクに該当しない患者さんを治療するメリットは少ない」とはっきりと記載されていますが、小児科学会のGLでは「必須ではない」、感染症学会のGLでは「推奨しない」「推奨する」の両論併記となっています。

問2)インフルエンザ様疾患の成人患者に早期に抗インフルエンザ薬による治療を開始すると、約15時間から約24時間、症状の改善が早まった、という解析があります。逆に言うと、平均的にはそれくらいしか、症状の改善効果がないのです。

問3)抗インフルエンザには死亡リスクを改善するというデータはありません。

問4)一部の抗インフルエンザ薬では、吐き気と嘔吐の増加が報告されています。

問5)インフルエンザの予防として最も効果的なのは、手洗いでもマスクでもなく、予防接種です！

## 抗インフルエンザ薬の種類と特徴

では、現在、国内で用いられている抗インフルエンザ薬をご紹介します。(裏面へ)

- a) オセルタミビル(タミフル)カプセルに入った経口薬 1日2カプセルを5日間
- b) ザナミビル(リレンザ)吸入薬 1日2回吸入を5日間
- c) ラニナミビル(イナビル)吸入薬 1回のみ
- d) ペラミビル(ラビアクタ)注射(点滴)薬 原則として1回のみ
- e) バロキサビル(ゾフルーザ)錠剤の経口薬 1回服用のみ

このうち、e)のゾフルーザは、昨年発売になった薬で、1日1回の内服ですむ、ということから話題になりましたが、他の薬より効果が優れているとは言えないことや、耐性の出現率が高いこと、他の薬と比較して高価であること、などから、現在のGLでは、

「**ゾフルーザの使用は推奨しない**」となっています。現在、広く推奨されている薬は、タミフルとリレンザ、イナビルです。いずれも副作用の理解も進み、耐性の出現率も低く、また、比較的安価であることがその理由です。

では、漢方はどうでしょうか。これまで、麻黄湯、銀翹解毒散などの漢方薬が、抗インフルエンザ薬と遜色ない効果を持つという報告があります。(銀翹散の研究には私も参加しました。)しかし、漢方薬の場合、患者さんの病態(証)によって、方剤の選択が異なります。インフルエンザだからといって、どんな場合でも麻黄湯がよい、というわけでは決してありません。そればかりか、証を間違えると、思わぬ副作用にもつながりますので、漢方専門医のアドバイスのもとに薬を選ぶことが必要です。

**インフルエンザの最大の予防策は、ワクチン接種です。  
年内で予定数がなくなることが予想されますので、  
ご希望の方はお早めにお申し出ください。**

参考資料：日本感染症学会提言「インフルエンザ薬の使用について」2019  
日本小児科学会「2019/2020シーズンのインフルエンザ治療指針」  
亀田感染症ガイドライン「抗インフルエンザ薬の使い方」2019  
Gingyo Gedokusan vs Oseltamivir for the Treatment of Uncomplicated Influenza and Influenza-like illness: An Open-label Prospective Study 他

## お正月は屠蘇散の香りから

日本では、古来より、元旦の朝に屠蘇酒をいただく習わしがあります。屠蘇とは、中国の三国志の時代の名医として知られる「華佗」が創った処方であり、邪気を「屠り」生氣を「蘇らせる」意味とも言われています。我が家でも、大晦日の夜に徳利に入れた日本酒に屠蘇散を浸け、翌朝、家族そろって、一年間の健康を願って屠蘇酒をいただきます。屠蘇散の香りは、子供の時から新年の記憶として残っています。今年は、皆様と御一緒に延年長寿を祈念したいと、クリニックに屠蘇散を用意いたしましたので、ご希望の方は、どうぞスタッフまでお申し出ください。



## 年末年始の休診のお知らせ

12月30日(月)から1月4日(土)を休診とさせていただきます。

お車で来院される患者様へ  
歩行者や近隣の方の迷惑になりますので、駐車場の指定されたスペース以外、及び、クリニック周辺の道路には、絶対に車を駐車されないようにお願いします。駐車場の長時間のアイドリングもお控えください。