



あくら通信



新年あけましておめでとうございます。当院も1月5日より年末年始のお休みで鋭気を養ったスタッフ一同元気に外来診療をスタートいたしました。新学期もはじまり**インフルエンザの再流行**が懸念されます。未だ昨年から引き続き**K香港型**の感染が多いですが、B型やコロナ、期中2度目の感染報告もあり、手洗いうがい、換気、マスク着用など**感染対策**に留意ください。コロナと異なりインフルは発熱等の**症状が出ると共に**感染力も上がることから、**早め**の治療・服薬による**ウイルス量の低減**、**早めの隔離・感染対策**により感染拡大を**優位に抑える**ことが可能です。話題が変わりますが、年末の地元ニュースとして、昨年12月に岡山大学が2006年から研究をすすめてきた**腫瘍溶解ウイルス製剤「テロメライシン」**が標準治療が難しい食道がんに対する医薬品製造販売承認申請を厚生労働省に行ったとの発表がありました。腫瘍溶解ウイルスとは聞き慣れませんが、正常な細胞では活動がほとんど無いものの、がん細胞では活動が活発なことで、がん細胞の**無限増殖(不老不死化)**に作用している酵素テロメラーゼを逆手にとって、風邪ウイルス(アデノウイルス)にテロメラーゼが更に活発に働く暴発スイッチ(遺伝子)を搭載したウイルス製剤テロメライシンをがん局所に注射し、がん細胞内でこのウイルスが1日で10万から100万倍に増えることで**がん細胞を破壊**(腫瘍融解)します。更に、壊されたがん細胞を体が**異物として認知**することで、これまでうまく隠れて自己免疫の機能から逃れていたがん細胞を自ら攻撃できるようになる**二重の効果**も確認されています。これは 遺伝子治療のひとつですが、その言葉から連想される 人の遺伝子そのものの治療するタイプではなく、遺伝子が持つ力を**応用**して体内で**狙った働きを誘導**するタイプの新しい医療です。全てのがんに効く万能薬という訳ではありませんが、今のがん治療は その人にあった治療を複数かけあわせる**合わせ技**が主流であり、正常細胞への影響が少ない注射と 患者さんに**優しい新たな選択肢**が 永年の努力により この岡山から生まれようとしていることに大きく期待し、これを機に第2第3のウイルス製剤や治療法が生まれることを願います。



お餅とお風呂にご注意を！



- 我が家のお雑煮はブリが出汁で主役ですが、皆さんのご家庭ではいかがでしょうか？ 小さい頃は〇個食べたと自慢していた**お餅**ですが、実はお餅を含む**食べ物を喉に詰まらせて**亡くなる方は、交通事故による死者数 約2,600人を遥かに上回る**約4,000人と推計**されています。お雑煮のように汁物と一緒に食べるお餅よりも、これから食べる機会が増える 余ったお餅を焼く、粉を付けて食べるなど**乾いた餅**を食べる方が遥かに詰まるリスクが上がります。食べた時のお餅は**60度ぐらいで柔らかく**感じますが、ハフハフしながら口の中でお餅が**体温**に近づくと、**急激に粘り気と堅さ**が増して、口や喉の粘膜にピタッと**張り付く**ようになります。この状態で無理に飲み込むとお餅が**気道に蓋**をする形になり**窒息**します。強く咳き込んだり、僅かでも話せる時は完全に気道が塞がっている状態ではないことから、楽な姿勢で**咳を誘発**できるよう背中をさすり、声を掛けてください。窒息すると手を喉に手あてる**チョークサイン**の姿勢になります。直ぐに**119番通報**すると共に、下向きに楽な姿勢になってもらい、両側の肩甲骨の間を、片手の手のひらの付け根で強く叩く**背部殴打法**を行って下さい。生死が関わる緊急事態、**数分間の勝負**につき、改善するまで**強く叩き続けて**下さい。「**痛えがな**」と激怒して呼吸を回復したお婆さんのお話を救急隊から聞いたことがあります。掃除機は時間も要し推奨されておらず、無理に口に手などを突っ込むと**噛まれて危険**です。お餅は丸々ではなく**小さく切る**、食べる前に汁物を飲んで**喉を潤して**通りを良くする、**形がなくなる**までゆっくり しっかり噛む、周囲が見守りながら食べる等の対策が有効です。
- 奈良県立医大の研究で、入浴関連死は 寒い地方の冬よりも暖かい地域の冬の方が、平日に比べて元旦は3.59倍、祝日は1.23倍、日曜は1.16倍リスクが高いことがわかりました。主な原因は**ヒートショック**(急激な温度変化による血圧変動)と**溺死**ですが、浴室での死亡件数は年間2万人以上と明らかな**危険地帯**です。①入浴前に脱衣所と浴室を**暖める** ②お湯の温度は**41℃以下**、お湯に浸かるのは**10分迄** ③湯船に入る時は **かけ湯**をして体を熱さに慣らす ④出る時は浴槽から急に立ち上がらず、**所作はゆっくり**で ⑤食事後すぐの入浴、飲酒後・服薬後の入浴は避ける ⑥風呂に入る前に家族にひと声かける(家族は動向に注意する) 年始早々 **怖いテーマ**になりましたが、この季節特有であり 皆さんお気を付けください！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00 ~ 13:00	●	●	●	●	●
15:30 ~ 18:00	休	●	休	●	予約制



- 内科一般外来と併せて、火曜PM・木曜AMに**胃カメラ検査**を、木曜PMに**糖尿病外来**を、第3週を除く金曜AMに川崎医療センター専門医による**呼吸器外来**を開設しています。お電話にてご相談ください。
- 初診Web予約：<https://www.yawaragi.life/> ○**インスタグラム**でも情報を発信しています