



## 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な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を治療するタイプではなく、遺伝子を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遙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 choke sign 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ゃかり噛む、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。主な原因是ヒートショック(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てください!

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