

健康渋谷人

愛と希望の済生会
東京都済生会
渋谷診療所

健康情報紙 No.63

編集・発行：東京都済生会渋谷診療所 渋谷区渋谷3-2-3帝都青山ビル2階 tel.03-3407-0895

発行責任者：加藤 清恵 発行日：2016年10月25日 <http://www.saiseikai-shibuya-clinic.jp/>

健康 Q & A 子どものワクチン接種

Q 出産後1年で職場復帰しました。定期接種の分3回とロタワクチンは済みました。これから忙しくなりそうなので、接種すべき種類や今後の注意事項など、教えてください。

(働くママ X歳)

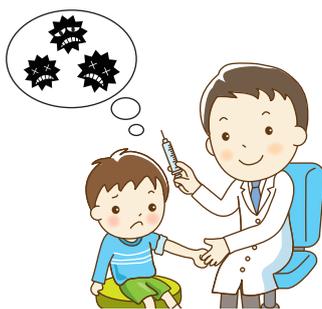
A ワクチンの情報は、厚生労働省のホームページを始めとして、地域医師会や小児科学会など、ネットを通して見ることが出来ます。ここでは、見逃し、聞き逃しがちのことをお話します。2ヶ月健診の頃から、定期接種を始めます。続けたかりつけの先生のとこで受けることに決めましょう。お子さんのこれまでのワクチン接種後のことはもとより、かかった病気や体質の記録を持っているからです。

お子様が成人するまで記録、つまり母子(健康)手帳を大切にしてください。転勤でかかりつけ医が変わるときにも、母子手帳はカルテを持ち歩いているのと同じです。夫の海外勤務に家族ともども移住するとき、大きくなって、海外留学するときにも予防接種の記録は重要です。北米やヨーロッパの小学校では、証明がない場合、現地のルールに従って必要な種類全部をまとめて接種されることがあります。大学の教養課程(カレッジ以下)の場合には、願書、健康診断書とともにワクチン接種の記録を求められることがあり、診断書を書くに母子手帳が見つからなくて困ったことがあります。

実は、日本の医療は高い水準を保っているようですが、予防接種の面では遅れています。北欧やドイツ、フランス、米国にくらべると後進国で、多くの子どもさんが予防可能な病気に罹っているのです。インフルエンザにしても「今年は流行りそうにないから打ちたくない」というお母さん。診断が確定しているのに「会社で大事な会議があるので行ってくる」と言い張る予防注射をしていなかったお父さんがいるお国柄ですからネ。インフルエンザに限らず、先進国では接種率が高く保たれているからこそ、患者の発生数も減っているのです。

生まれる前にお母さんからもらった赤ちゃんの免疫は数か月すると低下してきます。定期接種は最も安全で確実とされている順序と複数のワクチンの組み合わせで実施します。しかし、どのワクチンから受けるかについては、流行している重大な病気から開始することもあります。例えば10年ほど前、大学生にハシカが流行した時など、通常より早い年齢で実施したこともありました。

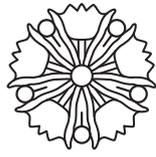
おわりに、子どもの診療所では、大人でも子どもでも、アメリカの診療所に習って、注射のあと30分ほどは待合室にとどまっていたいただきます。極めて稀なことですが、重症のアレルギー反応の95%は接種後30分以内に起こるからです。2回目からの方が起こる可能性が高いので、院内で絵本でも見て時間をつぶしてください。



東京都済生会渋谷診療所
内科 松岡健平

【引き続き裏面をご覧ください】

※健康渋谷人のバックナンバーをホームページで読むことができます



一口メモ 「不妊症」

避妊用具や薬を用いていないのに、1年以上妊娠しない場合を「不妊症」と呼びます。「不妊症」の場合、適切な治療をしないと、自然に妊娠する可能性はありません。

- 女性にとって最も妊娠しやすい年齢は20歳前後。35歳を超えると受胎率が下がると同時に流産率が高くなります。早く妊娠活動をしましょう。
- 不妊症で専門の婦人科医をたずねる時には、男性側の原因を調べる必要もありますので必ずパートナーも一緒に行きましょう。
- 妊娠しにくい女性側の原因として、月経不順、排卵障害(卵管に卵子が取り込まれにくく基礎体温の二相性がみられなくなる)が挙げられます。
- 月経周期が不規則な場合は排卵障害の可能性がありますので、受診前の1～2か月間は基礎体温をつけて記録しておきましょう。
- 月経過多、月経痛がひどい時は子宮内膜症や子宮筋腫の疑いがあります。過去の流産、人工妊娠中絶、性感染症、腹膜炎も不妊の原因になり得ます。
- 男性側の原因として、性機能低下、精液性状低下・精子の数の減少などが挙げられます。小児期にヘルニアや停留精巣の手術既往があるか、おたふくかぜが原因になることも。
- 糖尿病の治療が不十分で、高血糖値が続くと、勃起障害のほか、逆行性射精、精子をつくる機能も低下します。
- 原因がわからない場合、不妊治療を行っても妊娠に至らないケースも多々あります。周囲の理解も大切です。周りの方は暖かく静かに見守ってください。

東京都済生会中央病院 検診センター
東京都済生会渋谷診療所 糖尿病内科 湯浅 幸子

第28回 イキイキ健康教室

日時 平成28年12月3日(土) 13:30～15:30(終了予定)

テーマ 『脳の病気』血管疾患(脳卒中)、変性疾患(パーキンソン病)
講師：高木 康行先生

『脳を活性化する運動』
講師：新井 保久先生