

みどり通信 秋号

2013. 10.1 発行 第51号

福井市光陽3丁目4-12

みどり薬局 発行

電話 0776-25-7732

URL <http://www.fukui-min-iren.com/midori/>

目次

血糖値	1ページ
子宮頸がん	2ページ
带状疱疹・	
水痘ワクチン	3ページ
クイズ・薬害	4ページ

血糖値から何がわかるの？

「だって糖尿病なんて言われていないよ」

「糖尿病予備群」が増加しつつあります。高齢化もあって、H19年度の調査では「糖尿病が強く疑われる人（このうち治療していない人が4割いる！）」は約890万人、「糖尿病の可能性を否定できない人（糖尿病になるかも）」は約1,320万人にのぼりました。10年で800万人増え、今では成人5人に1人は糖尿病もしくは疑いがあるとも言われています。

「糖尿病を放置すると眼・腎臓・神経などの細小血管合併症を引き起こし、また脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化症も進行させる」と今年の糖尿病学会では、「糖尿病となった方が健康で幸福な寿命を全うするためには、早期から良好な血糖値を維持することが重要」（熊本宣言2013）としています。

今年の学会は熊本だったんだよ。ボクも協力！



糖尿病の初期には自覚症状がないため、治療が遅れてしまうことが見受けられます。一旦、糖尿病の診断がつくほどになると自然治療することは難しく、食事や運動療法のほかに薬物開始になったり、腎臓や、心臓などに影響が及びます。

「糖尿病予備群」と呼ばれる方々においても糖尿病に対する正確な知識を持ち、自分の血糖値を正確に把握し血糖管理に努めるなどの方法により生活習慣を見直しながら、初期症状の有無を常日頃からチェックすることが最も効果的な方法だといわれております。

ちょっと気になる方は継続した検査が有効です。

検診結果でチェックしてください

コンパクトな血糖自己測定器

ニプロトウルピーコ

2013年6月新発売



簡単な器具で測れます。

本体価格 3,150 円

参考価格 3,500 円（外税）

測定具

針

540 円

（30回測定分）

センサー

2,650 円

定価の1割引です

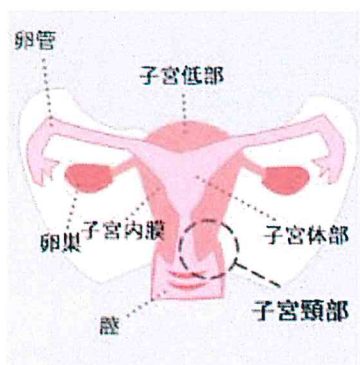
子宮頸がんワクチン推奨中止へ

予防接種の安全性を議論する厚生労働省の検討部会は 4 月から定期予防接種の対象に加えた子宮頸がんワクチンについて「積極的な推奨は一時やめる」との意見をまとめ、これを受けて厚労省は対象者への接種呼びかけを中止するように勧告しました。

「子宮頸がんワクチンの接種を受ける皆さまへ」という厚労省のパンフの一番初めに

子宮頸がんワクチンは 有効性とリスクを理解したうえで受けてください とあります。

子宮頸がんの原因は、ほぼ 100%がヒトパピローマウイルス(HPV)というウイルスの感染であることが明らかになっています。皮膚と皮膚(粘膜)の接触によって感染するウイルスで、多くの場合、性交渉によって感染すると考えられています。HPV は、すべての女性の約 80%が一生涯に一度は感染していると報告があるほどとてもありふれたウイルスですが、100 種類以上のタイプがあるうちの約 15 種類は子宮頸がんの原因となることが多いため、発がん性 HPV と呼ばれています。



子宮頸がん予防ワクチンは、発がん性 HPV の中でも特に子宮頸がんの原因として最も多く報告されている HPV 16 型と 18 型の感染を防ぐワクチンで、日本では 2009 年に承認されました。3 回のワクチン接種で、発がん性 HPV の感染から長期にわたって(6~8 年説、20 年説)身体を守ることが可能だとしています。しかし、このワクチンは、すでに今感染している HPV を排除したり、子宮頸部の前がん病変やがん細胞を治す効果はなく、あくまで接種後の HPV 感染を防ぐものです。よって、性交渉前の年齢からの接種が推奨されましたが、20 年後のフォローの決まりはない(追加接種の情報はない)こ

とも問題視されています。

検診が一番大事

ハイリスク型 HPV に感染しても 90%以上は体内から自然消失します。また、残り 1 割の人の頸部に前がん病変(いぼ)が出来ても 9 割は自然治癒するため、子宮頸がんに進展するのはごくわずかです。感染後、子宮頸がんになるまでには、通常、数年~十数年と長い時間がかかるので、定期的な子宮頸がん検診を受けていれば、がんになる前の状態(前がん病変)を発見し、治療することが可能です。なおかつ、ワクチン接種したとしてもやはり、検診は必要とされています。

ワクチンの副反応が問題になりました。厚生労働省は、医療機関から報告されていた発熱やアナフィラキシーショックなどの副反応の報告が、2010 年 11 月から 13 年の 3 月までに、計 1196 件あったと報告し、このうち 106 件は、疼痛や筋力低下など後に障害が残る重篤なケースであったと説明しています。ある専門家は「副反応には膠原病のような症状が見受けられる。抗原の負荷が限度を超えると免疫システムが崩壊し、自己抗体を作るようになることが示された論文もあるが、同じことがこのワクチンで起こっているのではないかと、使用されている添加物に今までなかったものを用いていることにも問題があるのではとしています。

もう一つ、治験に参加した人たちの実際の発症の防止がどのくらいだったかの検討はされていない(年齢的に進学、結婚などでフォローできなかったとのこと)ことも、強く推奨されるワクチンではないことの要因の一つです。有効性と、安全性に疑問があることを考えると、検診が一番大事です。

さあ、婦人科検診を受けていきましょう

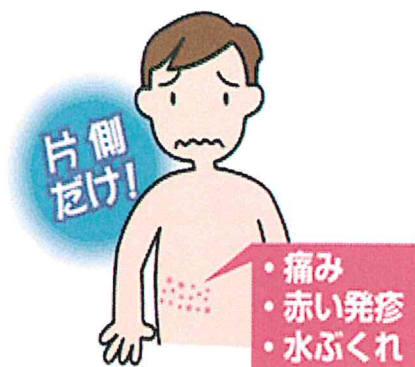
夏の疲れは免疫力低下をまねきます。

带状疱疹も初秋に増加傾向が見られます。以前はお岩さんのような症状にまで悪化することもありましたが、現在は薬物治療で治癒します。しかし発症早期に適切な治療が大事で、まれに神経麻痺や難聴などの合併症や带状疱疹後神経痛など後遺症が残る恐れがあります。

さあ、带状疱疹って何？

水痘ウイルスによる感染症ですが、初感染（乳幼児期～幼少期）で水痘瘡を発症します。治癒後も生涯にわたって知覚神経に潜み、加齢や過度のストレス、糖尿病やがん、ステロイドの投与など免疫力が低下すると、特定の神経節で増殖し、带状疱疹を発症させます（50歳代からが多い）。現在ある水痘のワクチン接種による予防なども考えられているようですが、一般的には、症状が出たら早めに治療をすることです。皮膚症状が出る前に特定の神経に沿って**違和感や痛み、ひりひり感**が出ます。ただし、肋間神経痛や偏頭痛、腰痛などと勘違いされることもあるようで受診の遅れになります。

自然経過（治療しない場合）をみると、発疹は2週間ほどでかさぶたになり、1ヶ月ほどで改善するようです。しかし、痛みが強く、合併症・後遺症（带状疱疹後神経痛）で苦しむことになりかねません。



抗ヘルペスウイルス薬の早期投与は重症化を防いで治癒を早める！

ウイルスの増殖が完了した後は薬の効果は出ません。発疹が現れてから5日以内が目安です。違和感・痛みが現れた場合は我慢せずに受診してください。

お薬を飲む上での注意点

- ・錠剤が大きくてのみにくい場合があります⇒薬剤師に相談を！
- ・薬の効果を感じられなくても、決められた時間に決められた量をきちんと服薬することが大事です。
(効果発現に2,3日かかります)
- ・服用中は水分をたくさん取る
- ・尿の出が悪い、むくみ、イライラなどの症状が見られたら、先ず連絡をしてください。

風疹はワクチンで予防できます

風疹は、発熱、発疹、リンパ節腫脹を特徴とするウイルス性発疹症です（唾液のしぶきなどによってほかの人にうつります）。免疫のない女性が妊娠初期に風疹にかかると、風疹ウイルスが胎児にも感染して、出生児に先天性風疹症候群と総称される障がいを引き起こすことがあります。（大人がかかると、発熱や発疹の期間が子供に比べて長く、関節痛がひどいことが多いとされています。感染力は、麻疹（はしか）や水痘（水ぼうそう）ほどは強くありません）



一昨年から、風疹の大流行が見られています。この原因は、現在23歳未満の男女はワクチンを2回受けていますが、それ以上の特に男性では免疫のない人が多いためだと思われます。ワクチン接種は先天性風疹症候群を防ぐことに重点をおいて女子中学生のみに1回接種の時期もありました、50歳以上の方はワクチンを受けたことはありませんが、9割は感染によって免疫があります。予防接種は個人を守るためだけでなく、集団の接種率を高めることで流行を防ぐ意義も大きいのです。今年、厚生労働省は先天性風しん症候群の発生予防等を含む風しん対策の一層の徹底について通知を出しています。その中に妊婦の同居家族や、抗体価の低い女性への対策もあります。成人も抗体検査とワクチン接種の必要があると考えたほうが良いようです。

○ ×クイズです！

次の問題の答えを、それぞれ○か×でお答えください。

問1：糖尿病と診断される人は、最近増えてきている？

問2：医師に治療が必要といわれるまでは大丈夫？

問3：生活習慣病は、自分ではどうしようもない？

応募のきまり

官製はがきに、クイズの答え・お名前・年齢・ご住所・薬局や
みどり通信に関するご意見・ご感想(ぜひ！)をご記入のうえ、
下の宛先までご応募下さい。

宛先 〒910-0026 福井市光陽3丁目4-12 みどり薬局「おくすりクイズ」係

締め切り 2013年11月末日(当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。)

おくすりクイズ！

正解者には、抽選で、図書
カード(500円分)をお送りし
ます。ご応募、お待ちしております。
～す。



薬害防止は薬剤師の務め

8月23日(金)24日(土)東京での薬害根絶デーのイベントに参加してきました。本当に聞いてくれているの？と疑うような厚労省の職員の対応……。それでも私たちは「人災」である薬害をなくすために声を上げていかなければいけないと感じました。製薬メーカーは自分たちの開発販売している「薬」を「商品」として販売しています。宣伝文句に惑わされずに薬の本質を見極めていけるようにしたいと感じました。堀 和子

サリドマイド薬害で、上肢が欠損して生まれてこられた方の講演を聞きました。本人はもちろんそのご家族も薬害により大変な苦労をされていることが分かりました(生まれてから10年間病院の外に出たことがなかった。母親はなぜ薬を飲んだのかと自分を責め、家族から責められ、家族がバラバラになってしまったといいます)。足を使って器用に家事や化粧をしている様子をビデオで見て、これほどまでになるまでには大変な努力をされたのだろーと感じました。それにもかかわらず、サリドマイド患者は読み書きや歩行ができるなどの理由で行政から十分な補助が得られていないようです。薬局で働く自分自身もよりいっそうの監視の目をもって仕事にのぞみたいと思うようになりました。佐々木 一友

福井でも アオッサ前で薬害根絶のためのアピールを
薬局職員が中心になって伝えてきました。・・・少しでも
理解が広がり、薬で苦しむことがなくなるように・・・

すべての医療機関の処方せん受け付けています！

みどり薬局は日本全国すべての医療機関の処方せんを受け付けています。受診された医療機関からファックス(0776-22-1356)していただければ、来局までの間にお仕度出来ます。医薬品がない場合はお待ちいただくこととなりますが、その場合はご自宅までお届けもさせていただきます。

皆様の「かかりつけ薬局」として、内科から歯科、眼科、整形外科などお体すべての管理にお役に立ちたいと来局をお待ちしております。