

CHECK! /

予防接種受け忘れていませんか？



病気は、適切な年齢にワクチンを接種することで、感染症の予防や重症化を防ぐことができます。必要な予防接種を済ませ、病気を未然に防ぎましょう。予診票をなくしてしまった場合や、接種スケジュールが分からなくなったなど、不明な点があれば、町健康福祉センター（電話 72-1852）までお問い合わせください。

小児で受け忘れが多い予防接種を CHECK

麻しん風しん混合（MR）ワクチン

1 期の MR ワクチンは 1 歳から 2 歳未満、2 期は保育所年長児相当の 1 年間しか定期接種の対象になりません。年長児の皆さんは、接種期限が 3 月 31 日までですので接種はお早目に。

水痘ワクチン（水ぼうそう）

「1 回目は打ったけど、2 回目を忘れていました」。そして、いつのまにか 3 歳になってしまったというケースがみられます。水痘ワクチンは 1 歳から 3 歳未満が対象です。忘れずに 2 回接種してください。

日本脳炎ワクチン

2 期は 9 歳から 13 歳未満が対象です。しかし、平成 17 年度から 21 年度にかけて、接種の積極的勧奨の差し控えにより、日本脳炎の予防接種を受ける機会を逃した人は、特例で定期接種の対象となります。

< 特例対象者 > ・平成 7 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日生まれで、20 歳未満の人
・平成 19 年 4 月 2 日～平成 21 年 10 月 1 日生まれで、平成 22 年 3 月 31 日までに、第 1 期の予防接種が終了していない 9 歳以上 13 歳未満の人
※個人の接種歴によってスケジュールが異なりますので、詳しくは担当までお問い合わせください。

二種混合ワクチン

11 歳から 13 歳未満の人が対象です。幼少期に受けた 3 種混合ワクチンの効果が落ちる時期ですので、二種混合ワクチンを受けて免疫を継続させる目的で行います。長期休暇などを利用し、小学生のうちに接種することをお勧めします。

INFORMATION

1. 子宮頸がんワクチンの接種について

同ワクチンは現在、接種の積極的勧奨が差し控えられていますが、希望者は公費負担で接種可能です。
< 対象 > 12 歳となる日の属する年度の初日から 16 歳になる日が属する年度末日まで（3 回）

2. 風しんワクチン接種費用助成の対象者を拡大しました！（平成 31 年 1 月より）

風しんウイルスは、妊婦に感染すると、生まれてくる子どもに先天性風しん症候群の発症が懸念されます。先天性風しん症候群とは、生まれつき心臓病、白内障、難聴といった心臓、目、耳などに障がいをもつことがある病気です。今回拡大した対象者は次のとおりです。

ワクチン名	対象者	自己負担額
風しんワクチン 麻しん風しん混合（MR）ワクチン	①妊娠を希望する女性で <u>風しん抗体価が低い人</u> ②妊婦の配偶者（内縁を含む） ③ <u>妊婦の同居者（家族）</u> ④「 <u>妊娠を希望する風しん抗体価が低い女性</u> 」の同居者（同居者は風しん抗体価を問わない） ※注意：妊婦はワクチンを接種できません。	3,000 円

※妊娠を希望する女性で、ワクチンの接種費用の助成を希望する場合は、風しん抗体価検査を受けて抗体価が低いことの確認が必要となります。（過去に妊婦健診で調べている場合もあります。まずは担当までご連絡ください）

※医療機関の指定はありません。医療機関で全額自費で支払っていただいた後、役場で払い戻しの手続きを行います。

< 手続きに必要なもの > ▼領収書 ▼予防接種の実施について確認できるもの（接種済証、明細書など） ▼印かん ▼通帳

第26回 あなたの肝臓は軟らかい？ ～肝硬度測定のスゝめ～

日野病院 病院長 孝田 雅彦



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

あなたの肝臓、いつの間にか硬くなっているかも

あなたの肝臓はどんな状態ですか。焼き肉のレバーのようにきめの細かい軟らかい肝臓が正常です。どんな肝臓病でも悪くなると肝臓は硬くなります。肝臓に傷がつくとそこに線維ができて硬くようになっていきます。

皆さんもご存じのように肝臓を悪くする原因は肝炎ウイルス、アルコール、脂肪肝です。「自分には肝炎ウイルスはいないから」「休肝日をつくっているから」「ただの脂肪肝だけだから大丈夫」とい

うのは早計です。肝炎ウイルスのチェックはもちろん必要ですが、休肝日にはアルコール性肝障害を防ぐ効果はありませんし、脂肪肝は今後肝硬変になる最も多い原因です。

日野病院でも肝硬度測定が可能に。こんな方たちに受けてもらいたい

肝臓の硬さはこれまで測定することは困難でしたが、最近、超音波で簡単に負担なく測定できるようになりました。日野病院でも3月から測定が可能となります。4月からは人間ドックにも導入します。

下記のような方に肝硬度測定検査をおすすめします。B型、C型肝炎の患者さん、ほぼ毎日お酒を飲む方、糖尿病の患者さん、肥満の方（特に内臓肥満、おなかの出ている人）、脂肪肝といわれた方です。

ウイルス肝炎の患者さんは、年に一回は肝硬度測定を受けてもらいたいと思います。治療の効果も分かりますし、がんがどれくらい確率で発生するかも予測できます。

例えば、C型肝炎では肝硬度が15 kPa以上で肝硬変と診断されます。15 kPaの患者さんの肝臓がん年発生率は5%（20人に一人）にもなります。25 kPa以上の患者さんでは3倍の14%にもなります。このように発がん率の高い患者さんはがんの早期発見のための検査を厳重に受けなければならぬことが分かります。

重大疾患につながることも。肝硬度測定的重要性

お酒を飲む方は、飲む量に関係なく、まず1度は肝硬度を測定してください。お酒による肝障害は個人差が非常に大きく、アルコールの代謝は遺伝の影響を強く受けます。また、お酒の飲み方、つまみの内容も肝障害に影響します。

次に、糖尿病の患者さんは肝障害、脂肪肝を伴っていることが非常に多いことが分かっています。肝臓がんの頻度は一般人では1万人に一人ですが、糖尿病の患者さんでは千人に一人と10倍になります。さらに、糖尿病で肝硬度の高

い方は、100人に一人と100倍になり、肝硬度を測定することは大変重要です。

肥満、脂肪肝の方はあまり病気である認識がないため、肝硬度を測定し、自分の肝臓を再評価して下さい。少しでも肝臓が硬ければ、早急に治療する必要があります。

一度、自分の肝臓の状態をチェックしてみませんか

肝臓は沈黙の臓器と呼ばれ、病気が進行するまで症状は出ません。正常な人が持っている肝臓の機能の40%ぐらいにまで低下して初めて症状が出ます。しかしそうなるまでではもう治療法はありません。

肝硬度を測定して、進行する前に肝臓病を発見し、適切に治療すれば決して肝臓病で命を落とすことはありません。ぜひ一度肝硬度を測定して、自分の肝臓の状態をチェックしてみてください。日野病院の主治医に相談するか、人間ドックを受けることをおすすめします。