

2021年7月427号

発行

南日本薬剤センター薬局
鹿児島市谷山中央5-15-1

☎099-267-4365

発行者：川島 敏男



◆鹿児島市の人口(推計)◆

令和3年6月1日現在

人口総数 593,328人

特集

集団免疫とは



集団免疫とは、人口の一定割合以上の人が免疫を持つと、感染患者が出て、他の人に感染しにくくなることで、感染症が流行しなくなる状態のことです。

感染症は、病原体（ウイルスや細菌など）が、その病原体に対する免疫を持たない人に感染することで、流行します。ある病原体に対して、人口の一定割合以上の人が免疫を持つと、感染患者が出て、他の人に感染しにくくなることで、感染症が流行しなくなり、間接的に免疫を持たない人も感染から守られます。この状態を集団免疫と言います。社会全体が感染症から守られることとなります。

集団免疫とは、人口の一定割合以上の人が免疫を持つと、感染患者が出て、他の人に感染しにくくなることで、感染症が流行しなくなる状態のことです。

と、感染拡大が終息に向かうかの目安ともなります。基本再生産数は、感染力の強度を示すもので、一人の感染者が（免疫の獲得あるいは死亡で感染力を喪失するまで）平均的に何人に感染させるかを表す値です。風疹は12〜18、天然痘は5〜7、通常の季節性インフルエンザは2〜3であり、事後に推定結果が変わる可能性もあります。WHOは新型コロナウイルスの基本再生産数を1.4〜2.5の範囲と推定しています。

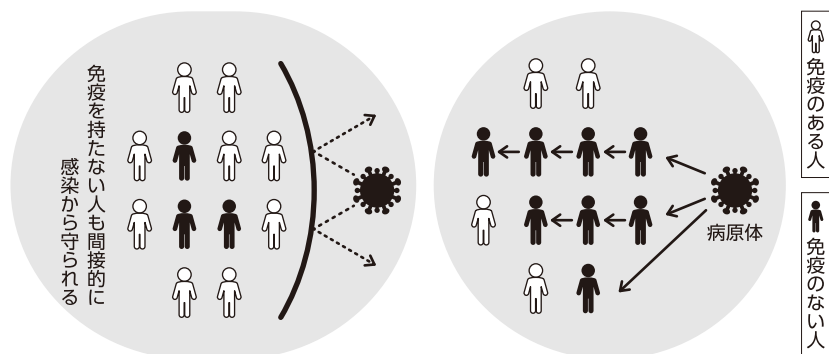
染者が平均で1.4〜2.5人へ感染させる範囲であれば、最終的に感染する人口割合の目安は3割〜6割となる可能性を示します。日本の総人口は約1億人なので、集団免疫を獲得するまでの感染者数は約3000万人〜6000万人となります。

感染者全体に占める致死率は約2.1%（≡334万÷1.61億）となります。致死率が2%〜3%では、集団免疫の機能が働くまでに60万人〜180万人（≡2%×3000万人〜3%×6000万人）も最悪のケースでは死亡するリスクがあることになります。

なお、感染症の種類によって、集団免疫を得るために必要な免疫を持つ人の割合は異なります。また、ワクチンによつては、接種で重症化を防ぐ効果があつても感染を防ぐ効果が乏しく、どれだけ多くの人に接種しても集団免疫の効果を得られないこともあります。

新型コロナウイルスによって、集団免疫の効果があるかどうかは分かっておらず、分

かるまでには、時間を要すると考えられています。



参考：

新型コロナウイルスに関する一考察（1）…重要な3つの変数「基本再生産数」「致死率」「今後の死亡者数の月次推移」

厚生労働省 新型コロナウイルス Q&A 集団免疫とは（片平雄）

病名シリーズ

ヘルパンギーナ

ヘルパンギーナは、6月から初夏にかけて流行し、乳幼児に多く見られる夏風邪の代表的なウイルス性の感染症。主に「コクサッキーウイルスA群」が原因で、ウイルスの型がいくつかあるので、何度

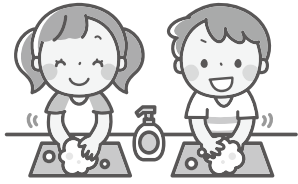
もかかってしまうことも珍しくありません。まれに大人も発症します。潜伏期間は、3〜6日。39℃以上の熱が1〜3日つづくと同時に、のどが赤く腫れて小さな水疱がたくさんできます。水疱は2〜3日ですべて黄色い潰瘍になります。のどの痛みが強いため、食事や飲みものを受けつけなくなることから、「脱水症状」を起こすことも。

ヘルパンギーナに対する特效薬はありませんが、口内炎に対して鎮痛解熱薬で痛みを和らげたり、粘膜保護剤の軟膏などが処方されることがあります。

のどに痛みがあるので、オレンジジュースなどのような

刺激のあるものは避け、のどごしの良い少し冷たい飲みものがおすすめです。(例えば、麦茶や牛乳、冷めたスープなど) 食べものは、刺激が少なくかまわずに飲み込めるものにししましょう。(例えば、ゼリーやプリン、冷めたおじや、豆腐など) 約5日程度で治ります。

ヘルパンギーナは、くしゃみなどの際に出る飛沫によって感染する「飛沫感染」と、舐めて唾液や鼻水がついたおもちゃの貸し借りなど、手が触れることで感染する「接触感染」が主な感染経路です。また、回復後も口(呼吸器)から1〜2週間、便から2〜4週間にわたってウイルスが排出されるので、おむつなどの交換後に汚染された手指を介して感染が広がります。ト



イレ後やおむつ交換後は手洗いと手指消毒を徹底しましょう。

(淵田)

夏の食中毒にご用心!



梅雨から夏に増える食中毒

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続く、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。

細菌による食中毒の代表格は、近年、発見件数や重症例が多いことで知られる「カンピロバクター」や「腸管出血性大腸菌(O157など)」によるものです。

食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず、匂いもしません。そのため、食事の準備をするときには、細菌を「つけない」「増やさない」、加熱等で「やっつける」を心がけ、食中毒を防ぎましょう。

原因となる主な病原菌と症状(カッコ内は潜伏期間)

- ・カンピロバクター (1〜7日)
- ・サルモネラ (6〜72時間)
- ・黄色ブドウ球菌 (1〜3時間)
- ・腸炎ビブリオ (8〜24時間)
- ・腸管出血性大腸菌(O157など) (3〜8日)

症状
腹痛、下痢、吐き気、嘔吐、発熱など。

食中毒から身を守る 予防のポイント

*食材の購入・保存:

- ・消費期限などを確認する。
- ・肉や魚は汁が漏れないよう注意して一つひとつをビニール袋に入れ、できれば氷や保冷剤と一緒に持ち帰る。
- ・帰宅後すぐに生鮮食品は冷蔵庫、冷凍庫へ入れる。

*下準備・調理:

- ・作業の前に石けんで丁寧な手を洗う。
- ・台所は清潔に保つよう心がける。特にふきん、タオル類は頻りに清潔なものと交換する。
- ・野菜は流水できれいに洗う。また、生の肉や魚、卵をさわつた後は丁寧に手を洗う。
- ・肉や魚は中まで十分に火を通す。(中心部の温度75度で1分以上加熱)

*食事

- ・食べる前に石けんで手を洗う。
- ・清潔な食器に料理を盛り付ける。
- ・温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べる。
- ・料理は長時間室温で放置しない。

消費期限などを確認する。
*残った食品の扱い・後片付け
・残った食品は小分けにし、清潔な容器に保存する。食べる際は十分に加熱する。

*外出時、調理済み食品を購入した場合やバーベキューでは:
・生食または生焼け状態のメニューは控える。
・焼肉の場合、生の肉や魚介類を扱った箸と食べる用の箸を使い分け、トングを使用する。

・付け合せの野菜も、肉などに触れているので十分に加熱する。
・食べ切れなかった料理は持ち帰らない。
・惣菜や弁当などの調理済み食品はできるだけ早めに食べる。

・室温で2時間以上放置しない。「ちよつと怪しい」と思ったら捨てる。
食中毒を防ぐには、抗菌、防腐作用に優れた梅干や香味野菜のシソ、ニンニク、葱、香葉、シヨウガ、ワサビなどの食品が効果的です。料理にたっぷり添えましょう。

引用: 全国健康保険協会HP (大谷)

くわんじゅん

塗り薬のいろいろ

「軟膏とクリーム

何が違うの？」

軟膏とクリームの違いは大まかにいうと、ベースとなる成分（基剤）の違いです。使われている基剤が異なるため、有効成分が同じでも、塗り心地や刺激性などに違いが生まれます。

軟膏は、白色ワセリンなどの油性基剤をベースにした塗り薬です。刺激が弱く、肌の弱い方にも向いていて、乾燥した患部にも、湿潤した患部にも使うことができます。保湿度が高く、皮膚を保護する効果がある反面、クリームに比べるとベタつきを強く感じることがあります。

クリームに基剤には、油性成分に加え、水やグリセリンなどの水分が含まれています。さらつとなめらかで、のびがよく、ベタつきにくいのが特徴です。軟膏に比べ刺激が強いため、傷のある部位やジクジクした部位には適

していません。

「ステロイドって怖い薬？」

ステロイド外用薬は炎症を鎮める作用に非常に優れた薬で、様々な皮膚疾患の治療に幅広く使われており、用法用量を守って使えば怖い薬ではありません。ステロイド外用薬は体の部位によって皮膚からの吸収率が違うため、弱い（weak）も強い（strongest）の5つのランクに分類されています。

例えば、顔や陰部などは皮膚がとても薄く、吸収率が非常に高いため、弱いランクのステロイドが選ばれることが多いです。医師は、使用部位に加え、年齢や症状の重さなど、様々な点を考慮して病状にあった強さのステロイド外用薬を処方しています。むやみに恐れず、指導された通りの使用を心がけましょう。



参考…第一三共ヘルスケア

「ひふのいろいろQ&A」

（成澤）

江戸時代の

夏場の養生法

江戸時代の夏場の養生法を紹介します。免疫力維持にもつながると思います。出典は老人必用養生草（香月牛山著）と養生訓（貝原益軒著）です。一部、昔の用語や東洋医学の用語も入ります。

老人必用養生草より

早起きして日の長い1日を怠けることなく、怒らないように精神を安定させる。飲食を慎む。夏は陰が体内に伏し人の臓腑はかえって冷える時である。体を冷やすものを多く食べないようにする。涼台や水館に長居しない。冷気にうたれすぎない。

養生訓より

夏は発生の氣が盛んになり、汗がもれ外邪が入りやすい。涼風に久しくあたるべからず。沐浴の後風に当たるべからず。夏は伏陰とて陰氣かくれて腹中にある故、食物の消化が遅い。多く飲食すべからず。

らず。温なる物を食ひ脾胃を温むべし。冷水をのむべからず。すべて生、冷えのものを忌む。冷水に浴すべからず。冷水を持って目を洗わない。睡冷水中にて手足を洗わない。睡眠中に扇にてあおがせない。風にあたって寝ない。夜、外で寝ない。夜、外に長く座って露氣にあたらぬ。酷暑の時も涼しくしすぎない。

2つの書籍に共通しているのは、食べ過ぎない。冷たいものを摂りすぎない。冷たい風に当たりすぎない。といった内容です。

現代では冷たいビール、清涼飲料水、アイスクリームなど体を冷やす飲食物が沢山ありますが、摂りすぎに注意してもよいのではないのでしょうか。また、熱中症の予防の為に、冷房を上手に使う必要がありますが、冷房病という言葉もあり、体を冷やしすぎない様に注意する必要があります。



（金野）

アイを語る

今回は藍にまつわるお話です。解熱や解毒、抗炎症などの薬としても使うアイですが、一般には染料として利用されます。今年の大河ドラマ「青天を衝け」で、主人公の実家で藍玉作りをしている場面を観て興味を持った方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

日本における藍染の歴史は飛鳥時代まで遡りますが、庶民に普及したのは安土桃山時代以降のようです。渋沢家のようにアイの葉から染料を作る人を藍師と呼び、その作業には百日近い時間と高い技術、体力が求められます。そして、染料から染液を作る（藍を建てる）のもまた十日以上掛かる複雑な作業です。今でこそ化学染料で簡単にカラフルな衣類を作れるようになりましたが、ひとつひとつ

（次ページへ）

Cooking

暑さで食欲が落ちる夏にぴったり☆
うま辛! そうめんビビン麺

材料 (1~2人分)

- ・そうめん……………1束
- ・きゅうり……………1/3本
- ・ゆで卵……………1個
- ・白菜キムチ……………適量

A

- コチュジャン……………大さじ1
- しょうゆ……………大さじ1/2
- 酢……………大さじ1/2
- ごま油……………大さじ1/2
- 砂糖……………小さじ1
- 鶏がらスープの素…小さじ1/2

作り方

- ① そうめんは袋の表示通り茹でて冷水でしめる。きゅうりは千切りにする。
- ② ボウルにAの材料を合わせ、そうめんを加えてよく混ぜる。
- ③ 器に②を盛り、きゅうり、半分に切ったゆで卵、白菜キムチをトッピングすれば完成

☆辛いのが好きな方は砂糖少なめで！
☆トマトやレタス、水菜などの生野菜をトッピングしてもOK！

(前田)

(前ページより)

の色を得るために自然と向き合ってきた先達の努力と工夫には頭が下がる思いです。

ところで、ドラマ中に登場したアイは別名をタデアイといっています。では、タデアイも存在するのでしょうか。青色の元はインディゴという成分です。この色素は植物中では無色のインディカンという形で存在しており、水中で揉み出すと加水分解され

て溶け出します。この染液に生地を通し、空気に晒して酸化することでインディゴとなつて発色、定着します。このインディカンを含む植物を〇〇藍と呼んでいるのです。タデアイのアイの他には、マメ科のインドアイ、キツネノマゴ科のリウウキュウアイ、アブラナ科の松藍などがあります。一方、藍と名が付いていてもこの色素を含まない植物もあります。トウダイグサ科

のヤマアイです。藍染には使えませんが、こちらも歴史が古い染料なので興味があれば是非調べてみてください。

参考・藍の情報サイト
<http://www.japanblue-ai.jp/>
(久保田)



**病院・医院の
処方せんをもらったら**

➤➤➤

FAX 利用が便利です。

ご自宅、その他のFAXをご利用の上処方日を含めて4日以内に、処方せんを持って来局されると、待ち時間も少なく便利です。

南日本薬剤センター薬局

編 集 後 記

一昨年末発生してからずっと新型コロナウイルスの話を書いてきました。ワクワクン接種も始まり、良い方向への話題もあつたりはしていますが、緊急事態宣言が続いている県もまだあり、基本的に収束の目途は未だたつていません。そんな中、賛否両論ありますが、東京オリンピックも始まります。編集後記で新型コロナウイルスの話を書かないでよい日が一日も早く来ることを願っております。

南日本薬剤センター薬局 病院・医院の処方せんをもらったらFAX利用が便利です。

| | |
|---|---|
| <p>本店 FAX 267-6144 谷山中央5-15-1 TEL 267-4365 8:30~22:00 (年中無休)</p> <p>坂之上店 FAX 284-6375 坂之上2-14-12 TEL 284-6373 8:30~18:30 (土13:30まで 日・祝休)</p> <p>中山店 FAX 284-7882 山田町739番地 TEL 284-7881 8:30~18:30 (土13:30まで 日・祝休)</p> <p>吉野店 FAX 210-7651 吉野町2381番地4 TEL 210-7650 8:30~18:30 (日・祝休)</p> | <p>上荒田店 FAX 204-9361 上荒田町26番19号 TEL 204-9360 8:30~19:00 (土13:30まで 日・祝休)</p> <p>紫原店 FAX 297-6861 紫原3丁目33-8 TEL 297-6851 9:00~19:00 (日・祝休)</p> <p>鴨池新町店 FAX 297-4010 鴨池新町5-8-1F TEL 297-4050 8:45~18:45 (土13:15まで 日・祝休)</p> <p>やくし店 FAX 269-7850 東谷山4-33-6 TEL 269-7766 9:00~18:00 (日・祝休)</p> <p>慈眼寺店 FAX 260-4197 谷山中央5-17-5 TEL 267-0871 (しばらく休止中です)</p> |
|---|---|

※FAX送信の際は確認のお電話を頂けると幸いです