

## 私のカルテ

No 3 1 4

## 妊娠と風疹



津島市民病院  
産婦人科医師  
岩田 愛美

最近、風疹抗体価の低い妊婦さんをよく見かけます。  
そこで今回は、妊娠と風疹についてお話ししたいと思います。



## 風疹とは？

俗に言う三日ばしかのことで、風疹ウイルスにより発熱、発疹、リンパ節腫脹などが引き起こされる病気です。ごくまれに脳炎などの合併症が発生しますが、比較的予後良好な病気とされています。

昔は子供の病気というイメージだったかと思いますが、近年は成人での発症も増加しており、ニュースなどで知っている方も少なくないかと思えます。

なお、風疹の約15%は不顕性感染つまり、感染はしていても目立った症状が現れないと言われています。

## 先天性風疹症候群とは？

上記に述べたように、風疹自体は比較的予後良好な病気とされていますが、妊婦特に妊娠初期が風疹に罹患すると、胎盤を通して胎児にも感染し、先天性風疹症候群という重篤な先天異常を引き起こす可能性があります。

先天性風疹症候群の三大症状は、感音性難聴、白内障、心奇形ですが、風疹ウイルスはほとんどの臓器を侵すため、症状は多岐にわたり、後になって知能発達遅延や糖尿病、甲状腺疾患などが起こることもあります。

## 妊娠初期のスクリーニング

現在ほぼすべての医療機関で、妊娠初期に風疹H抗体価測定を実施しています。

風疹H抗体価が25.6倍以上の場合

は、比較的最近の感染が疑われます。この場合、風疹ウイルスに暴露された時期を予測するために、より詳しい検査を行います。

風疹抗体価が16倍以下の場合では、風疹ワクチンが未接種、もしくは接種後に風疹に対する免疫が自然に低下してしまったということが考えられます。

つまり、妊娠中に風疹ウイルスに暴露された場合、風疹抗体価が正常値の妊婦に比べ、感染してしまうリスクが高いといえます。

風疹ワクチンは生ワクチンであり、妊娠中は接種することができないので、風疹抗体価が低い場合には、①人ごみや子供の多い場所を避ける、②外出時はマスクをする、③同居家族の風疹ワクチン接種、などの対策をしてもらいます。また、次回の妊娠に向けて、産褥早期の風疹ワクチン接種を勧めています。なお、授乳中の風疹ワクチン接種で乳児に感染することはないため、授乳中でも接種できます。



## 妊娠前の予防接種を

日本産婦人科学会では、挙児希望力ツプルに対する不妊治療開始前の抗体検査やワクチン接種の積極的勧奨を表明しています。

妊娠前に風疹抗体測定や風疹ワクチン接種をすることで、先天性風疹症候群で生まれてくる子供を有意に減らすことができます。

今のところ風疹ワクチン接種後に妊娠が判明したり、避妊に失敗したりしても、世界的にこれまで風疹ワクチンによる先天性風疹症候群の報告はありませんが、念のため、風疹ワクチンを接種してから2ヶ月間は避妊が必要です。

院長  
コラム

一緒に考えましょう  
健康のこと  
医療のこと

28

認知症への理解を深め  
やさしい介護・病院・地域へ



認知症とは単なる老化現象ではなく、脳の障害で知的能力が低下する病気です。主な症状は、物

忘れ等の記憶障害や判断力の障害などの中核症状と、暴言、暴力、徘徊などといった周辺症状があり、症状によっては、日常生活に支障をきたす場合もあります。

しかし、それほどやっかいな病気ではないといつこともご承知ください。一般的には穏やかに経過し、早い段階で発見し適切に対応すれば、急激な進行を防ぐことができます。

認知症に対する治療は、まず病気のことを、ご家族や介護する方がしっかりと把握することです。病気の性質を正しく理解し、対処法を知っていれば、周囲の人の心にもゆとりが生まれます。そのゆとりが態度にも反映し、患者さんに安心感を与えることができます。どんな病気でも、患者さんの気持ちを安心させることが何よりも大切なことです。例えば「物取られ妄想」への対応につ

いて述べてみたいと思います。

認知症の方が、財布や通帳が盗まれたと騒ぐことがあります。もし、あなたが盗んだのではないかと疑われても、言い返したり怒ったりしないでください。そうすることは、事態を好転させません。相手が困っていることをまず受け止め、他のことに関心をそらせたり、ほかの物を渡して納得させたりしましょう。

認知症の方が求めているものは、くつろぎ、結びつき、自分らしさ、共にあることなどです。よく話を聞いて、気持ちを理解してあげられるよう、ゆっくり話を聞く時間が作れるといいでしょう。

当院では、物忘れなどで受診を希望される場合は、内科外来にかかっていたり、必要な場合は専門の神経内科へ紹介となります。診療所からのご紹介にも対応しています。

また当院では、入院患者さんがたとえ認知症であっても、安心して療養できる環境を整えていこうと考えています。認知症の方にやさしい病院を目指しています。

認知症の方と一緒に暮らすということとは、介護に関わる家族の方にとって、24時間365日の介護が必要になります。介護する側が燃え尽きないように心がけていただきたいと思います。一人で抱え込まず、地域の力も利用しましょう。市役所の高齢介護課等に相談することもひとつの方法です。

市民病院は、行政や地域の医師会、歯科医師会、薬剤師会の皆様と相談し、認知症にやさしい地域になっていけるよう、協力をしていきたいと考えています。

今月のバランス献立

鶏肉の梅肉炒め オクラのおかか和え  
パプリカのピクルス

1人分 642kcal 塩分2.5g



鶏肉の梅肉炒め

材料(2人分)

鶏むね肉(皮なし)1枚、梅干し大1個、塩コショウ少々、酒大さじ1/2、みりん大さじ1.5、オイスターソース小さじ2、砂糖小さじ1、ごま油小さじ1、レタス2枚

作り方

- ①梅干しはよくたいてペースト状にし、みりん・オイスターソース・砂糖とよく混ぜ合わせておく。
- ②鶏肉は一口大にそぎ切りにしビニール袋にいれ、塩コショウと酒を加えよくもみこむ。
- ③フライパンにごま油を熱し中火で鶏肉を両面焼き、①の調味料を加え、煮詰めて絡める。
- ④ざく切りにしたレタスを敷き皿に盛り付ける。

※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシヅヤ情報コーナーにレシピがあります。また市公式ホームページにも掲載しています。



寄附

ご厚意ありがとうございます  
市へ

富永新朗様……………浄瑠璃人形一式

各小学校・市立図書館へ

津島市赤十字奉仕団様……………図書

「赤十字の父」アンリ・デュナン」9冊

市民病院へ

市民病院ボランティア会様

……………掛時計2台



荣誉

総務省中部管区行政評価局長表彰

藤原勝美氏(上河原町)

多年にわたり、行政相談活動の推進に貢献された功績に対し、授与されたものです。

乳がん検診がインターネット  
予約できます

市民病院ホームページ

http://www.tsushimacity-hp.jp/

トップ画面のメニュー「乳がん検診受診予約」からお入りください。

問合 保健センター

☎23-1551

津島市民病院

☎28-5151

市民活動  
情報

名称	日時	場所	料金	問合せ
第5回「健康とふれあい楽しく歩こう」春のウォークラリー	6月1日(日) 受付:午前8時 (雨天時:午前10時) 出発:午前9時	東小学校 運動場	大人300円 小学生以下100円	東小学校区コミュニティ推進協議会 ☎0567-28-3274(大鹿)
健康セミナー	6月22日(日) 午後1時30分 ～4時	文化会館 2階視聴覚室	無料	北小学校区コミュニティ推進協議会 ☎0567-26-4540(藤田)

文化会館  
催しガイド

(5月1日現在)

※掲載している催し物の  
名称などは予定です。

催し	日時	ホール	入場料	問合せ
2014前期中部ブロックダンス スポーツ選手権大会	6月1日(日) 午前10時	大	無料	愛知県ダンススポーツ連盟 ☎052-731-6881
平成26年度 中部地区吟詠大会	6月15日(日) 午前9時45分	大	無料	山川 ☎052-461-2008
避難訓練コンサート	6月24日(火) 午後1時30分	大	無料	津島市文化会館 ☎0567-24-1122

となり街  
お出かけ  
情報

※開催時間、休館日、  
事業の詳細な内容は、  
問い合わせ先でお尋ね  
ください。

津島市長公室  
企画政策課  
☎0567-24-1111

名称	日時	場所	料金	問合せ
七宝焼体験教室特別企画 「貝殻のネックレス」	6月18日(水)～22日(日) のいずれか1日 午前9時30分～11時30分	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流工房	3,500円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
キャンドルナイトの集い	6月21日(土) 午後6時～9時	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流工房	300円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
第3回企画展 「日本野鳥の会愛知県支部 野鳥写真展」	6月22日(日)まで 午前9時～午後5時	弥富野鳥園 本館2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎0567-68-2338
第3回探鳥会	6月15日(日) 午前10時～正午	弥富野鳥園 保護地内	無料	弥富野鳥園 ☎0567-68-2338
竹細工をしよう	6月1日(日)・7日(土)・8日(日) 午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的ホール 定員:各日100人	無料	海南こどもの国 ☎0567-52-1515
つくってあそぼう	6月14日(土)・15日(日) 午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的ホール 定員:各日100人	無料	海南こどもの国 ☎0567-52-1515
わくわくすいぞくかん	6月21日(土)・22日(日) 午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的ホール 定員:各日100人	無料	海南こどもの国 ☎0567-52-1515
七夕かざりをつくろう	6月28日(土)・29日(日) 午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的ホール 定員:各日親子40組	200円	海南こどもの国 ☎0567-52-1515

つし丸スタンプ会「夏の倍×2チャンス抽選会」でお得な商品券を当てよう!!

500円商品券!  
ハズレでも

みんな集まれ!

つし丸  
スタンプ



8月9日 藤浪中学校グラウンドで開催の遊すずみフェスタにおいて、つし丸スタンプ会加盟店で使える商品券が当たる「夏の倍×2チャンス抽選会」を行います。  
満貼台紙1枚で1回ガラガラ抽選ができ、最高5,000円の商品券が当たります。みなさん奮ってご参加ください!!

抽選会開催時間: PM5時～PM8時30分 小雨決行

お問い合わせ先 / つし丸スタンプ会事務局 (津島商工会議所内) 津島市立込町4-144  
TEL:0567-28-2800 FAX:0567-24-2805  
URL:http://www.tsushimaru-stamp.com

レジャー事故防止対策

こちら消防署 119番  
第171回



つきましたか?住宅用火災警報器  
消防本部 警防通信G  
☎TEL0567(23)0119 ☎0567(28)3341

子どもたちが待ちに待った夏を迎えようとしています。プールや海水浴、釣りやバーベキューなど、家族連れでレジャーに出かける機会も増えることでしょう。反面、台風や集中豪雨といった天候の急変など、夏だから気をつけなければいけないこともたくさんあります。夏を「安全・安心」に楽しむにはどのようなこと気をつけなければならないのか次々とご紹介いたします。

マリノレジャー 海の事故に注意



- ・マリノレジャーを安全に楽しむために次のことを心がけてください。
- ・準備運動は念入りに行いましょう。
- ・遊泳区域で泳ぎましょう。遊泳区域以外の場所は、急に深くなったり潮の流れが速かったりして大変危険です。
- ・飲酒、体調不良のときは泳がないようにしましょう。
- ・熱中症対策として水分、塩分をこまめに補給し、気分が悪くなったらすぐに日陰で休憩をしましょう。

小さなお子さんを家庭用ビニールプール等で遊ばせる場合もお子さんから目を離さないでください。5センチ程度の深さでも溺れる可能性があります。



アウトドアレジャー 火気使用時の事故に注意

アウトドアレジャーでは火気による事故が多く発生しています。正しい場所、使い方を心がけてください。近くに燃えやすいものがなく、広くて安全な場所を選びましょう。カセットコンロの取扱いに十分注意しましょう。カセットボンベは過剰に加熱されると爆発につながります。大きな鍋や鉄板などをコンロに乗せて利用しないようにしましょう。

キャンプは災害発生時の訓練にもなります

ナイフで木を削る、マッチで火をおこす、飯ごうでご飯を炊くといった非日常の行為を経験することは、災害時などいざというときに役に立ちます。懐中電灯やラジオの電池はどれくらい使えば切れるのか、テントの中、寝袋の中で寝るといことがどういことなのか、実体験を通じて知っておくことも重要です。

問合せ 市消防本部 警防通信G  
☎23-0119  
☎28-33341

中央児童館で遊ぼう!

行事名	開催日	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
親子クッキング	6月13日(金)	午前10時30分~正午	未就園児親子	6月2日(月)~	10組	食育と親子クッキング	材料費200円	エプロン・三角巾・お皿・はし・お茶
ベビーマッサージ	6月17日(火)	午前10時30分~11時30分	0歳児親子※1	6月2日(月)~	10組	お母さんのリラックス法とふれあい遊び	材料費500円	バスタオル 水分補給できるもの
よちよち広場	6月20日(金)	午前10時45分~11時30分	1歳児親子※2	当日受付	なし	体操とふれあい遊び	無料	なし
子どもクッキング	6月21日(土)	午前10時~11時30分	小学生	6月9日(月)~	20人	みんなで協力して作ろう	材料費200円	エプロン・三角巾・お皿・お茶・上靴
パソコン教室	6月21日(土)	午後1時30分~3時 午後3時~4時30分	小学生	6月9日(月)~	各3人	オリジナルうちわを作ろう	材料費100円	上靴
ハイハイ広場	6月24日(火)	午前10時30分~11時15分	0歳児親子※3	当日受付	なし	身長・体重計測とふれあい遊び	無料	なし
6月生まれ誕生日会	6月25日(水)	午前11時~11時30分	6月生まれの未就園児親子	6月1日~24日	なし	手形と親子遊び	無料	なし
親子であそぼう	6月27日(金)	①午前10時~10時45分 ②午前11時15分~正午	未就園児親子	6月16日(月)~	各20組	英語であそぼう	無料	お茶 親子とも上靴
スポーツあそび	6月28日(土)	午後2時~3時	中学生 高校生	当日受付	なし	卓球 (人数により、内容変更あり)	無料	上靴 お茶
七夕のつどい	7月5日(土)	午後2時~4時	どなたでも	当日受付	なし	七夕飾りづくり	無料	上靴

○開館時間:午前9時30分~午後5時(水曜日午後と木曜日・祝日・祝日振替の休館日を除く)。○児童館に貴重品を持ってこないようにしましょう。  
○定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了) ※1 生後1カ月健診後~満1歳頃 ※2 満1歳~2歳未満 ※3 生後4カ月頃~満1歳頃