# 十三健康かわら版

令和4年11月/ 第72号



後藤 哲志

# 新型コロナウイルス感染症

当院は 2020 年 5 月 1 日付で大阪府から新型コロナウイルス重点医療機関に指定され「新型コロナ専門病院」となりました。以後日本全国、特に大阪では多数の新型コロナ患者が発生しました。2022 年 10 月 11 日現在、延べ 2,251 名の新型コロナ患者の治療を行ってきました。

新型コロナウイルスに関しては、多くの変異株が知られており、 現在、国内ではオミクロン株まで合計 7 波の流行がありました。 今冬は新型コロナやインフルエンザ等が流行する可能性があります。

新型コロナ感染症を防ぐには、2つの立場で考えるとわかりやすいと思います。

ウイルスを ① 自分がもらわないためにすること ② 人にうつさないためにすることです。

① 自分がもらわないためには、「ワクチン接種」、「マスクの着用」、

「手洗い」、「3密(密接・密集・密閉)回避」等があります。

② 大事な人にうつさないためには、感染リスクの高い行動は控え、「マスクの着用」、「手洗い」、

「3 密(密接・密集・密閉)回避」、「換気」など基本的な感染対策が必要です。

## 新型コロナ発熱外来の受診の目安

#### 一つでも当て はまれば 受診が必要

- 65歳以上
- 妊娠中
- 基礎疾患あり
- 37.5度以上の発 熱が4日以上続く
- 症状が重い
- ・水が飲めない
- 呼吸苦
- •動けない
- ・顔色が悪い乳幼児
- 全て満たす場合、 急いで受診する 必要なし • 65歳未満
  - 基礎疾患なし
  - 症状が軽い
  - 飲食できる
  - 呼吸が苦しくない
  - ・顔色が良い乳幼児

また、マスクは正しく使う 必要があり、手洗いもこまめ にする必要があります。

これ一つだけ守ればリスクがなくなるといった完璧な方法はないので、いろいろな方法を組み合わせてリスクを限りなくゼロに近づけていくことが大切です。

<図1>・

万が一コロナにかかった場合、すべての人が入院している訳ではありません。自宅療養、ホテル療養、医療機関に入院などになります。医療機関を受診すべき状態は <図 1> のとおりとなりますのでご参考にして下さい。

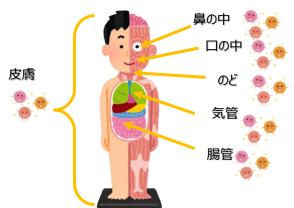
私たち一人一人の感染防止対策の徹底が今後も重要となりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

## 自分自身を守るために知っておきたい!感染に関する知識と対策!!

私たちは、「**微生物**」とともに生きています。

感染管理認定看護師

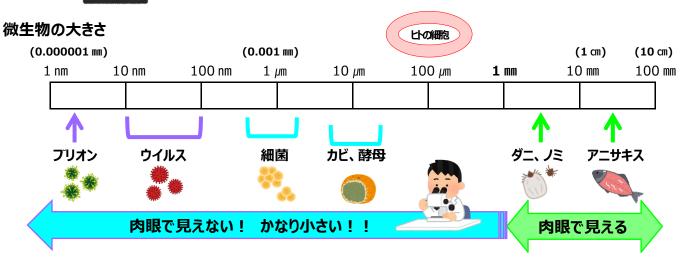
山本 紀子



☑ 微生物とは:

肉眼では見えない程のかなり小さな生物の総称 寄生虫、カビ、酵母、細菌、ウイルスなど多くの種類が あります

- ☑ 微生物の多くは人に何の害も与えることなく、むしろ消化や 生理的な働きを助けるなど、私たちの身体と共存して います。➡「常在菌」といいます
- ☑ なかには人の身体に害をもたらし、病気を引き起こす微生物 もいます。 ⇒病原微生物(病原体)といいます

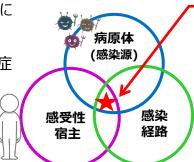


#### 感染とは?感染症とは?

☑ ウイルスや細菌などの病原体が体内に 侵入して増殖することが「感染」

☑ 症状が現れた状態が、「感染症」の発症

感染症は病気であり、 感染と感染症は違う! 感染成立の3要素



★3 つの要因が重なると 感染症が発症!!

#### 感染予防のためには?

- ① 病原体の殺滅
- ② 感染経路を絶つ
- ③ 宿主の抵抗力を高める

感染対策のポイント







1 人ひとりの行動が、感染から私たちの日常を守ることにつながります



# 新型コロナ感染症の薬について

薬剤部 市田 裕之

世界で新型コロナ感染症(以下 COVID-19 という)が蔓延してもうすぐ 3 年経過しようとしています。

その間、世界中で様々な既存の薬剤での検討・新薬開発(ワクチン含む)など試行錯誤しながら闘ってきました。

2022 年 10 月 7 日現在、日本で COVID-19 に対して治療の適応がある薬剤は、抗ウイルス薬(レムデシビル・モルヌピラビル・ニルマトレルビル/リトナビル)、中和抗体製剤(カシリビマブ/イムデビマブ・ソトロビマブ・チキサゲビマブ/シルガビマブ)、抗炎症薬(トシリズマブ・バリシチニブ・デキサメタゾン)の 9 種類となっています。

それぞれの薬は、図にもありますように、COVID-19 の重症度によって、 使用する薬剤が変わってきます。また、発症を予防するワクチンもあります。

パリシチニブ トシリズマブ デキサメタゾン

#### 薬は、大きく分けて

次の 4つ に分類する事が出来ます

#### ① ワクチン

ワクチン接種をする事で、感染症の原因と なる病原体に対する免疫ができる体の仕組 みを使って、病気に対する免疫をつけたり、 免疫を強くしたりすることが出来ます。

#### ② 抗ウイルス薬

人の細胞内に侵入したウイルスの増殖を 阻害する作用があります。

#### ③ 中和抗体製剤

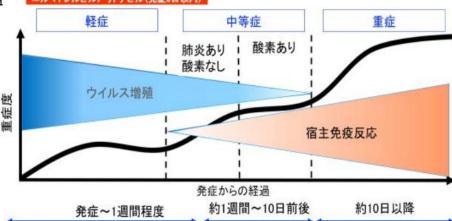
体内に抗体を注入し、ウイルスの表面に あるスパイクたんぱく質に結合して人の 細胞に侵入するのを防ぎます。

#### ④ 抗炎症薬

COVID-19 が中等症から重症の過程で、 肺の中でひどい炎症(サイトカインストーム)が 起こるのを抑える目的で使われます。

### 特徴のある 2 種類の薬剤を紹介します

#### レムデシビル ソトロピマブ(発症5~7日以内) カシリビマブ/イムデビマブ(発症7日以内) チキサゲビマブンシルガビマブ モルヌピラビル(発症5日以内) ニルマトレルビル/リトナビル(発症5日以内)



(図)COVID-19 の重症度と治療の考え方 COVID-19 に対する薬物治療の考え方 第 14.1 版(日本感染症学会)より

#### ● パキロビッドパック®(ニルマトレルビル/リトナビル)

内服薬の抗ウイルス薬です。多種の薬(例:血圧の薬、高脂血症の薬、眠剤など)と飲み合わせが悪いのが特徴です。パキロビッド®に含まれるリトナビルの成分は、普段内服しているお薬の血中濃度を引き上げる力があります。受診される際、必ず医師に現在内服している薬剤内容・健康食品などの情報を伝えて下さい。

#### ● エバシェルド筋注セット®(チキサゲビマブ/シルガビマブ)

2022 年 8 月 30 日に特例承認された中和抗体製剤です。その特徴は、重症化を防ぐ効果に加えて、COVID-19 発症予防の効果もあるといわれており、国内初の COVID-19「予防薬」になります。しかも、その効果はワクチンよりも長く 6 カ月間持続するといわれています。供給量が少ないため、当面の間、発症予防だけの使用となります。 発症予防の対象者は「ワクチン接種が推奨されない者」、「ワクチン接種で十分な免疫応答が得られない可能性がある者」となっています。

大阪府は COVID-19 による死亡者数が全国の中で一番多い都道府県です。大阪府の第 6 波の解析では、ワクチン接種をしていない方の死亡率が高い結果となりました。ワクチン接種は、COVID-19 の重症化を予防する効果があり、また、コロナ後遺症が軽減されるという報告もありますので、ぜひ、ワクチン接種をご検討ください。

ただし、一部の免疫抑制剤、生物学的製剤を投与されている患者さんは、病気のコントロールが出来ている事が 条件ですが、投与されている薬剤の休薬が1~2週間必要な場合がありますので主治医とよく相談してください

## 健康レシピ ◆◆ タラの香草パン粉焼き ◆◆



#### 〈材料〉4 人分

タ ラ:4 切 れ ら 塩 :小さじ | /4 こ しょう:少 々 香草ミックス:大 さ じ | (パセリ、バジルなど)

パ ン 粉: I /2 カップ マヨネーズ:大 さ じ 2 つけあわせ

かぼちゃ:中サイズ I /8 (約 I 80g)

アスパラガス:4本 コンソメ:小さじ 1/4

レモン: 1/3個



#### 〈一口メモ〉

白身魚(タラ、カレイなど)は、青背の魚(サバ、ブリなど)に比べて、脂質の含有量が少ないため、エネルギーが抑えられます。青背の魚に偏らないよう、白身魚も上手に活用しましょう!

#### 〈作り方〉

- ①・タラに塩(分量外)を振り 10 分程度おいておく。キッチンペーパーで水気を拭き、塩とこしょうで下味をつける。
  - ・香草ミックス、パン粉はあわせておく。
  - ・レモンは輪切り、かぼちゃはくし切り、アスパラガスはピーラーで筋を取り除き、食べやすい長さにする。
- ② かぼちゃとアスパラガスは電子レンジでそれぞれやわらかくなるまで加熱し、アスパラガスはコンソメで味付けをする。
- ③ アルミホイルをひいた天板にタラをのせマヨネーズを塗り、①のパン粉をのせる。
- ④ オーブントースターでタラに火が通り、全体に焼き色がつくまで加熱する。 (パン粉が焦げてきた場合はアルミホイルをかぶせる)
- ⑤ 皿にタラ、かぼちゃ、アスパラガスを盛り付け、レモンをのせる。

〈栄養価:| 人分〉エネルギー|63kca| たんぱく質 |6.6g 脂質 5.3g 炭水化物 |4.4g 塩分 |.|g



## いきいき健康セミナー

< 日 時 >: **12**月 **20**日(火) 午後 2 時~午後 3 時

テーマ1: 初心者でも OK! 今日からはじめる筋トレ入門~正しい知識と実践方法~

講師: リハビリテーション科 菅 和茂

テーマ2 : 転ばぬ先の杖「運動編」~身体を動かし、私は元気!!~

講師:看護部堀井小百合

< その他 > : 要事前予約・無料

06-6150-8000 (代表) 「いきいき健康セミナーの件で」とお伝えください。

# 市、民、公、開、講、座

令和 5 年 2 月「整形外科」で準備中です。詳細が決まりましたら、院内掲示板、ホームページ等でご案内いたします。お楽しみにお待ち下さい。



〒532-0034 大阪市淀川区野中北 2-12-27

大阪市立十三市民病院 広報委員会 代表電話:06-6150-8000

