

天衣無縫

如春会 浦田医院 院内報

＝第19号 令和3年7・8月号＝

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)

～第9報～

玉名地域における新型コロナウイルス予防接種について

新型コロナの世界における感染者の数は現在（令和3年6月12日）までに約1億7500万人、亡くなられた方は約380万人、日本においてはそれぞれ約77万4000人、約1万4000人となり、まだ収束の気配はみえていません。

しかし、新型コロナウイルスワクチンの接種が始まり、1回目の予防接種を終えた割合は国別でイギリス、カナダ、チリで約60%、米国で約52%、ドイツ、フランス、イタリア、スペイン、中国では約45%までのびており接種率の高まりとともにそれらの国々の感染者数は劇的に低下しています。また、イスラエルは2回の接種が終了した割合は約60%に達し、ほぼ集団接種に到達したと考えられます。

一方日本には1回目の接種率は約14%、2回終了の割合は約4.8%とかなり遅れており、ワクチンの効果が発揮されるまで尚数か月を要すると予想されます。

玉名地域においてはワクチンの供給が順調にすすみはじめて、現在の段階（令和3年6月15日）で、医療従事者はほぼ2回の接種が終了し、介護施設の入所者や従事者も6月中にはほぼ終了予定となっています。そして5月末より65才以上の高齢者の人々の個別並びに集団接種が開始され、6月14日の時点で熊本県内の高齢者の約

40%が一回めの接種を終え、予定通り7月末までに2回接種が終了することが可能と思われます。医師会もこれらの予防接種に積極的に関わって参りました。

また64才以下の人々には日本では職場単位の予防接種（職域接種 1000人以上/会場）が開始され、熊本県においても複数の事業場や大学での職域接種が予定されており、予防接種はさらに加速していくと考えられます。それと同時に事業場や学校の規模で接種の速さに差が出ることは避けるべきで、市や町の自治体においても64歳以下の人達へ同じ速さで接種が進むよう取り組んでもらいたいと思います。

また最近ファイザーのワクチンでは12才から15才までの予防接種が可能となり中学生、高校生も接種対象となりましたのでできるだけ早く接種が進むことを望みます。ただし職場や学校での集団接種で留意しておきたいことは、新型コロナウイルスのワクチンは任意接種であり義務ではありません。従って予防接種を受けた人と受けなかった人が同じ職場や学校で識別されると今後の人間関係、集団行動や作業に影響を及ぼしかねないと思いますので、できるだけ任意性やプライバシーを尊重していくやり方が必要かと思えます。

浦田医院 浦田誓夫

食中毒にご用心～夏場の食中毒対策～

6月に入りました。暑くてじめじめとした時期は「食中毒」に注意しましょう。食中毒は冬場に多く見られるノロウィルスなどの「ウィルス性食中毒」と夏場に多く見られる「細菌性食中毒」などがあります。

こんな症状が出たら、それは細菌性食中毒かもしれません。

主な症状	原因となる主な食品	細菌の種類	細菌の特徴
<ul style="list-style-type: none"> 発熱（時に40度近く） 腹痛 嘔吐 激しい下痢 	<ul style="list-style-type: none"> 加熱処理が行われていない食品 食肉、卵 	サルモネラ菌	<ul style="list-style-type: none"> 潜伏期間（病原菌に感染してから発症するまでの期間）は通常12～24時間 熱に弱い 牛や豚など動物の腸の中、河川や下水などに存在

<ul style="list-style-type: none"> 発熱 腹痛 下痢 倦怠感 	<ul style="list-style-type: none"> 加熱処理が行われていない食品（主に鶏肉） 	カンピロバクター	<ul style="list-style-type: none"> 潜伏期間は通常2～7日 乾燥に弱い 10度以下の環境では長時間生存 鶏や豚などの家畜、犬や猫などのペットの腸などに存在
<ul style="list-style-type: none"> 発熱はほとんど見られない 腹痛 激しい吐き気 下痢 	<ul style="list-style-type: none"> 生菓子、弁当、おにぎりなど 	黄色ブドウ球菌	<ul style="list-style-type: none"> 潜伏期間は通常1～6時間 熱に弱い、毒素そのものは100度で30分加熱にも耐える 自然界、生活環境に幅広く分布し、健康な人からも検出
<ul style="list-style-type: none"> 発熱 腹痛 下痢（水溶性、血便） 	<ul style="list-style-type: none"> 加熱処理が行われていない食品 食肉 	腸管出血性大腸菌	<ul style="list-style-type: none"> 潜伏期間は通常3～5日 感染力が非常に強い 熱に弱い（75度以上1分以上加熱で死滅） 大腸菌の一種

つらい食中毒を未然に防ぐには？

これからの時期に実行したい「食中毒予防の5つのポイント」をご紹介します。

- 細菌をつけない**
手やまな板などの調理器具についている細菌を食品につけないよう、調理前によく洗いましょう。調理器具は洗った後に熱湯をかけると殺菌効果が高まります。
- 細菌を移さない**
味や臭いで判断できませんが、生の肉や魚には細菌などが付いていることがあります。他の食品に細菌が移らないよう、手や調理器具は食材が変わるごとに洗浄しましょう。
- 細菌を増やさない**
細菌は10℃以下、60℃以上で増殖しにくくなります。冷蔵庫などを利用して食品中の細菌を増やさないようにしましょう。ただし細菌は低温では死滅せず、増殖する種類もあるため、長期の冷蔵庫保存は行わないようにしましょう。
- 細菌をやっつける**
細菌のほとんどはよく加熱することで死滅させることができます。

食品は75度以上で1分以上、中心部までよく加熱しましょう。特に肉類、卵、魚介類は十分に加熱し、加熱済みの食品でも食べる際には再加熱するようにしましょう。

5. 安全な食材を使う

消費期限を過ぎた食品は使用しないようにしましょう。