



ほほえみ 第15号

2012年となりましたが、未だ2012という数字に慣れず、ついつい2011と書いたり、平成23年と書いたりしてしまいそうになります。西暦と年号が同じくらいに使われるようになったので、尚更なのかもしれません。以前は西暦を使うことが今ほどではなかったもので、年号だけ気をつけていれば済んだような気がします。

2月は節分・立春です。丁度、年が改まって少しダレてきた辺りに、気を引き締め直すタイミングなのでしょうか。しっかりと2012年、平成24年という数字をインプットしたいと思います。

インフルエンザについて

今年もインフルエンザの流行のシーズンとなっています。今年も、A香港型の流行のようですね。国立感染症研究所のホームページでは、本県は警報の水準にあることがわかります。2011-2012シーズンの予防接種のインフルエンザ株は(通常3株選ばれます)、A香港型(H3N2)、B型、新型インフルエンザ(H1N1)でしたので、流行予測は当たっていたとは思いますが、ワクチン接種は必ずしもインフルエンザにかからないことは意味しないですし、今、ワクチン接種しても、中和抗体が上昇するまで時間がかかるので、日常生活上、感染の機会を減らすように注意することも重要になってきています。潜伏期間は1-2日、初発症状は、高熱、悪寒、筋肉痛、全身倦怠感などで、最初から呼吸器症状が強い訳ではないのが特徴といえるでしょう。

日常生活でできる予防

- ① 規則正しい生活、無理をしない。感染症なので、体力を落とさないことが予防にもつながります。
- ② 人ごみを避ける。特に、幼児・児童などで、インフルエンザが幼稚園、小学校などで流行していた場合、ハイリスクと考えられます。この場合、マスクなどもある程度効果があるとされますが、少なくともマスクは使い捨てしてください。
- ③ 湿度、温度を保つ。意外と、体外に出たウイルスの感染力の保持される条件は厳しいので、湿度を保ったり(50-60%以上)、こまめな換気を行ったり、空気清浄機の使用も有効と考えられます。
- ④ うがい、手洗い。決定打ではありませんが、感染の機会を減らすと思われます。

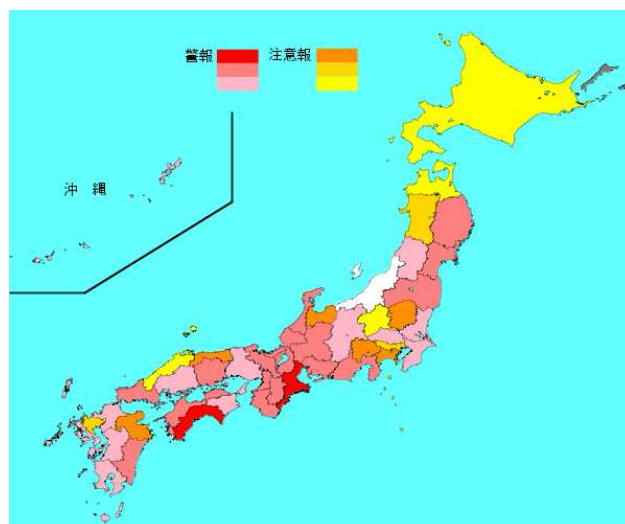
インフルエンザを疑う症状が出現したら、

医療機関を受診してください。今は、どの医療機関でも迅速診断キットというのがあり、鼻の粘液などを採取して調べると、15分程度で判定できます。しかし、発熱が出現した直後では、診断キットで陽性と判定される率が下がる可能性があります。発熱から6時間以内では、有意に陽性率が下がると考えて良いでしょう。

化学療法中の方で、インフルエンザの診断となったら

抗インフルエンザ薬の投与を検討することになります。しかし、発症から3日経つと、抗インフルエンザ薬の有効性が得られないですし、インフルエンザ薬を投与した直後に症状が改善するという訳ではありません。あくまで、症状の改善を早めるといった位置づけの薬剤です。

インフルエンザ流行レベルマップ



2012年1月25日現在 国立感染症研究所

化学療法の有害事象について

化学療法による副作用という、嘔気、白血球減少、脱毛など様々なものがありますし、実際には副作用の程度をどうやって見極めているのかは、あまり知られていないと思います。正式には副作用と言わず、有害事象というのですが、世界的に用いられている有害事象を一覧した本があるのです。有害事象共通用語基準 v4.0というもので、800項目ぐらいの有害事象で流涙、痔核、人格変化、目のちらつき…とあまり生じないようなものまで、予めピックアップされていて、その各々にグレード(有害事象の強さ)が、0から5まで規定されています。

グレード1は軽症、2は中等症、3が重症、4が生命の危険ありとなっています。例えば、嘔吐だとグレード1は、24時間以内に1-2回の嘔吐です。ただし一回とカウントされるのは5分以上間隔が空いていることとなっており、中等症は3-5回、重症は6回以上といった風に事細かに決められているのです。自覚的な副作用で重症にランクされると、原則として休薬、減量、治療変更などが必要になってきます。逆に、軽症のレベルでは、有害事象があったからといって、すぐに減量してしまうと効果が落ちてしまうので、恣意的に用量を調整しないように決められているといっても良いかと思います。判定は治療を受けている方の申告によっているので、本当は10回以上嘔吐があったのに、3回ぐらいかなとかと聞いたりすると判定が変わってしまいますし、結果的に強すぎたり、弱すぎたりする治療になるので、当然ながら、正確にお伝えいただくことが重要です。



私の書棚から 禅と陽明学

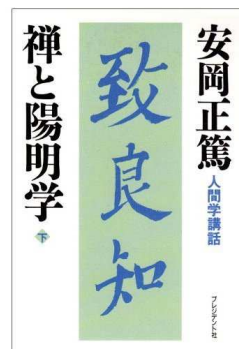
陽明学者の安岡正篤が書いた、陽明学の本です。陽明学の本といっても、スタートはインド哲学から説き起こし、原始仏教から、東アジアに伝わる過程で仏教が禅に変化してくる、老荘思想もからんでくるという壮大なものです。

安岡正篤は昭和を代表する東洋学者で、終戦の詔勅の推敲も行ったと言われていますが、大学などで教授職を行ったりはせず、専ら書齋で過ごされたようです。政界・財界の大物達が、直接指導を受けに出向く状況だったようで、昭和の黒幕のようにも言われています。「平成」という年号も、安岡氏の意向が強かったとも言われています。

しかし、この本はそういったエピソードとは、全く一線を画するものであり、東洋思想・哲学に対しての深い理解は抜群ですし、語り口がすっきりしています。わかりやすい東洋哲学の本というのが希少価値がありますし、しかし、内容は極めて深いという、世の中には在り得ないような本です。

上巻だと、第五章 梁の武帝の狂信、第八章 木雞と木猫、第十四章 禅と則天武后など、下巻だと、第四章 漢民族と日本民族、第七章 華嚴と円覚など、脇道にそれても、また面白い章が多いですね。

ボリュームがあるので、読むとなると大変ですが、東洋哲学に、ちょっと興味があるけれど、入門的な本がないかなあという方には、うってつけの本であると言えるでしょう。



MEMO

2月のがん化学療法科の予定

- | | |
|-------|-----------------------------|
| 2月10日 | 柴田教授外来
新渡戸稲造記念 メディカル・カフェ |
| 2月24日 | 柴田教授外来 |



2012年 恵方は北北西

掲載記事の無断転載を禁じます