

### おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）

おたふくかぜウイルス（ムンプスウイルス）による感染症です。2〜3週間の潜伏期の後に、両方または片方の耳下腺（耳の前からあご）がはれてきます。触ってもはつきりしたしこりを触れるわけではありませんが、家族など周囲の人が見るとはれているのに気がつきまます。通常は赤くはれることはありません。発熱は起こることも、起こらないこともあります。はれがある間（7〜10日）は幼稚園・学校を休まなければなりません。特別な治療はなく、自宅安静、水分・栄養補給に気を付けて過ごしましょう。硬いもの、すっぱいものは耳下腺を刺激して痛みが増すことがあります。痛みが強ければ適宜鎮痛剤を使用してもかまいません。激しい頭痛、嘔吐のため水分が取れない、うとうととして寝てばかりいる、けいれんがあったなどの時は、医療機関を受診してください。

いとされています。また、脳炎（年間30人）を起こし障害が残り、死亡することもあります。

世界の多くの国では、おたふくかぜワクチンを定期接種で2回受けているので、流行はあまりありません。日本では、任意接種ワクチンで接種費用が自己負担の上、1回接種が続いてきているため、現在も毎年約60万人の発症があります。1歳で1回目、3〜5年後に2回目を接種することをおすすめします。他の予防接種との同時接種も可能ですのでかかりつけ医にご相談ください。

副反応としては生ワクチンのため接種2〜3週間後に耳下腺部がはれたり、無菌性髄膜炎、脳炎をおこすこともあります。自然感染よりずっと少なく、症状も軽いのでワクチン接種がすすめられます。

### みずぼうそう（水痘）

水痘帯状疱疹ウイルスによっておこる感染力のたいへん強い病気です。空気感染もあり、どこで感染するかわかりません。2〜3週間の潜伏期の後に、体に虫さされのような赤い斑点ができ、1日ぐらいで水ぶくれになって、全身に広がります。強いかゆみを伴い、水ぶくれが黒いかさぶたとなり感染力がなくなるまで1

わたしたちの健康

週間ほどかかり、その間幼稚園・学校を休まなければなりません。健康な人の場合、自宅安静のみで軽快しますが、場合によってはかゆみ止め・抗ウイルス剤による治療も可能ですのでかかりつけ医にご相談ください。高熱があるときは、解熱剤の使用も可能ですが、お子さんにはアセトアミノフェン以外は使用しないでください。

多くの場合それほど重くなりませんが、脳炎・肺炎・皮膚の細菌感染など多くの合併症が知られており、年間数千人が重症化し、10人以上が死亡しています。みずぼうそうにかかったことのある人の免疫力が下がったときに帯状疱疹を発症し、後に神経痛で苦しむこともあります。

予防にはワクチンが有効で、2014年10月から1、2歳を対象に定期接種となりました。1歳すぐ、3〜6か月後に2回目の接種を受けることをおすすめします。3歳以上の接種、他の予防接種との同時接種も可能ですのでかかりつけ医にご相談ください。

副反応はほとんどないワクチンですが、1回接種だけですと症状は軽いものの20〜50%の人が発症します。高齢者の方も帯状疱疹の予防に使用できます。

### 日曜・休日に実施している医療機関

午前10時〜午後4時

月日	場所	施設名	科目	☎(048)	場所	施設名	科目	☎(048)	
7	5	朝霞	くろだ内科クリニック	内・消内	450-7711	朝霞	増田耳鼻咽喉科医院	耳・気・アレ	463-9218
	12	和光	門田医院	内・循内・皮・小	461-6412	朝霞	朝霞整形外科・外科	整外	461-5128
	19	新座	新座むさし野クリニック	内・アレ・循内	489-5323	和光	大森耳鼻咽喉科医院	耳	467-3314
	20	志木	岩崎小児科医院	小・内・皮	474-7474	新座	志木駅前眼科	眼	423-0702
	26	新座	志木小児科・アレルギー科クリニック	小・アレ	481-1064	志木	いわさき内科・循環器科	内・循内	486-4622



※当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。

#### ※7月の休日歯科応急診療所

実施日 7月5日(日)・12日(日)・19日(日)・20日(月・祝)・26日(日)  
受付時間 午前9時〜11時30分  
場所 新座市休日歯科応急診療所（新座市保健センター）  
診療料 健康保険法の規定料金（保険証を必ずお持ちください）  
問い合わせ ☎481-2211

#### ※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199  
●埼玉県南西部消防本部 ☎460-0123  
※小児救急電話相談 #8000（携帯電話からも相談可能）  
※大人を対象とする救急電話相談 #7000（携帯電話からも相談可能）

☆今月の主な保健衛生週間行事予定 28日は「日本肝炎デー」です。