



北海道でも日本脳炎 予防接種が始まります

北海道では、これまで40年以上日本脳炎の患者は無く、感染を媒介する蚊「コガタアカイエカ」も生息していないため、日本脳炎の定期予防接種を行っていませんでした。しかし、道民が日本脳炎の発生している西日本や海外に行き来する機会は増えており、日本脳炎に感染する可能性が高まっているため、平成28年4月より定期予防接種として行うことになりました。

日本脳炎とは



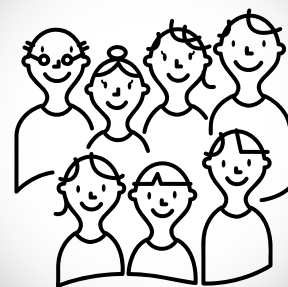
日本脳炎は潜伏期7～10日、突然の発熱、頭痛、おう吐、意識障害やけいれんなどを主徴とするウイルス性の急性脳炎です。かつては致死率、後遺症を残す率が高く、現在でも致死率20～40％程度と考えられており、なお神経学的後遺症を残す例が多い感染症です。感染者100～1,000人に1人が脳炎などの病気を発症すると考えられ、脳炎以外に不全型無菌性髄膜炎、夏かぜ様疾患もみられます。最近では年間10人程度が西日本地区の高齢者を中心に発症しており、若年者の発症もみられています。また、東南アジアや東アジアに広く分布して患者が多発しています。

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスに感染しているブタを刺したコガタアカイエカに刺されることによってヒトに感染します。ヒトからヒトへ感染することはありません。

予防接種の対象者



- 日本脳炎の予防接種の対象者は1期3回が生後6カ月以上～生後90カ月(7歳半)未満、2期1回が9歳以上～13歳未満とされています。通常は3歳で2回、4歳で1回、9歳で1回の合計4回受けます。
- 北海道ではこれまで定期の予防接種として行っておらず、また全国的に予防接種を差し控えていた時期もあるため、特例として上記以外の年齢で20歳になるまでの間であれば定期予防接種として受けることができます。ただし7歳半～9歳未満は定期予防接種として扱われません。



市民健康ガイド

今年度の予防接種勧奨者



赤平市では平成28年度、次の誕生日の方に予防接種の勧奨を行います。

(1) 個別通知及び受診券付予診票が送付される方

○受診券付予診票に必要事項を記載し、あかびら市立病院で接種を受けてください。

3歳	平成25年4月2日～平成26年4月1日生
6歳	平成22年4月2日～平成23年4月1日生
7歳	平成21年4月2日～平成22年4月1日生

(2) 個別通知のみ送付される方

○接種を希望される方は、健康づくり推進係にご連絡のうえ受診券付予診票の発行を受けたあと、あかびら市立病院で接種を受けてください。

18歳	平成10年4月2日～平成11年4月1日生
19歳	平成9年4月2日～平成10年4月1日生
20歳	平成8年4月2日～平成9年4月1日生

※平成28年度中に20歳になる方は20歳の誕生日の前日を過ぎると、日本脳炎ワクチン予防接種が定期予防接種(法定接種)として扱われません。健康づくり推進係にご相談ください。

(3) 上記以外の方

○7歳半～9歳未満、20歳以上を除き、接種を受けることは可能です。健康づくり推進係にご相談ください。



今月の
お知らせ



タバコラム

「今さらですが、タバコは身体に悪いものです。」

タバコの煙は、タバコを吸う人の健康はもちろん、その副流煙を吸わされる人の健康にもさまざまな悪影響をおよぼします。

脳卒中・心筋梗塞とタバコ

ニコチンは動脈硬化を予防する善玉コレステロールの値を下げ、血圧を上げ、血液をネバネバにします。このため血管が詰まりやすくなります。血管の詰まりが脳で起こると脳梗塞、心臓で起こると心筋梗塞をおこします。

赤平では高血圧とタバコにより若い方の心筋梗塞が多い状況です。そしてこれは、他人のタバコの煙でも起きてしまいます。

肺気腫とタバコ

肺気腫は、肺の細かい構造が壊れて肺が伸びきったゴム風船のような状態になり、徐々に進行し、呼吸困難(空気を吐き出せなくなる)などの症状が現れる病気です。

肺機能はすべての人が30歳くらいをピークに低下しますが、タバコを吸うと肺の細胞をより多く壊す(溶かす)ため、実年齢が60歳でも肺機能だけ90歳ということがあります。失われた肺機能は二度と再生しません。

歯周病とタバコ

歯周病菌と戦う白血球の機能低下や、血管の収縮による歯ぐきの酸素不足・栄養不足により、タバコを吸う人は、吸わない人に比べて3倍も歯周病にかかりやすく、また2倍も多く歯を失っていると言われます。歯周病や酸欠から、歯ぐきの色は悪くなり、歯槽膿漏や細菌の繁殖で口臭がきつくなります。



美容とタバコ

ニコチンは、血流を悪くし皮膚の温度を低下させ、新陳代謝が悪くなり、しわ、たるみ、くすみ、かさつきの原因になります。また、メラニン色素防止やコラーゲンの生成を助けるビタミンCが多量に破壊されるため、しみ・そばかすなど色素沈着おこし、肌のハリ・ツヤを失いやすくなります。さらに、活性酸素が増えて老化を早めたり、酸素不足で肌や口唇の色が悪くなったりします。化粧品や、コラーゲン・ビタミンなどのサプリメントにたくさんお金を使っても、タバコを吸うと効果を失ってしまいます。

元気がみつかる場所

「ほろカフェ」

「工房赤平虹の架け橋」の通所者がカフェスタッフをつとめている、だれもが気軽に参加できるコミュニティカフェです。手づくりスイーツを味わいながら健康について楽しくお話しませんか。

日 時

4月14日(木) 14:00~16:00

場 所

あかびら市立病院 かあさん食堂「ほらん亭」

テーマ

認知症について学ぼう、話し合おう