

# 感染症多薬不足

インフルエンザをはじめ、咽頭結膜熱(プール熱)などさまざまな感染症が流行している。患者の増加に対して、長引く医薬品の供給不足。この時期、感染症に罹(かか)ると、今までと同じような治療を受けられなかったり、症状が長期化しないために、予防対策は特に意識する必要がある。いとう王子神谷内科外科クリニック(東京・北区)の伊藤博道院長(50)に現状や対策などを聞いた。

## プール熱患者最多

インフルエンザの流行が加速している。厚生労働省が12月上旬に発表した患者報告数は、「警報レベル」に達した。伊藤院長は「新型コロナウイルス対策でインフルエンザに対する十分な免疫を持てなかったり、抵抗力が弱っているのでは」と指摘する。

また、子どもを中心とした咽頭結膜熱こと、いわゆるプール熱の患者数は、過去10年間で最大級。伊藤院長は「発熱やのどの痛みなどの症状が出る溶連菌感染症も増えています」と注意喚起し、「インフルエンザの後

## 特にせき止めの薬

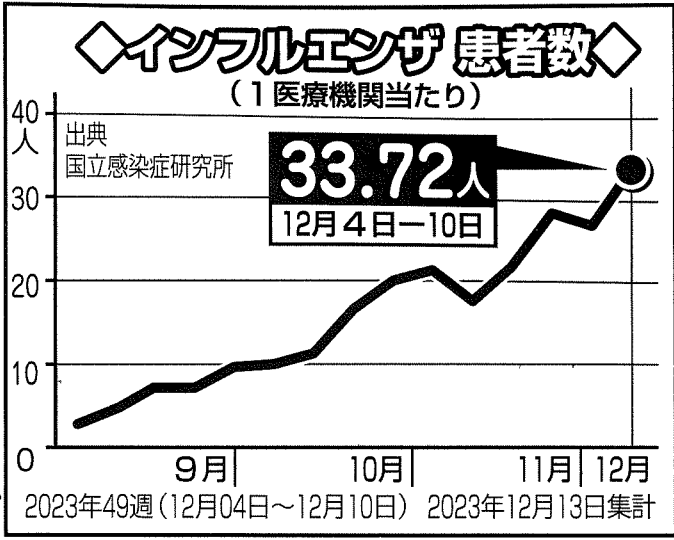
厳しい状況を伊藤院長はこう話す。「品不足は報道されていますが、さらに悪化しています。特にせき止めの薬が深刻で、こちらは大丈夫と思っていた薬局が『全くありません』との答えで

した。伊藤院長を頼りに地方から来院した患者もいたという。さまざまな感染症の流行、医薬品不足による医療現場の危機。この情勢では、感染しないことが最善策だ。「ばい菌やウイルスは鼻と口を入りにくくして、体に入ります。ですからまず、入り口にふたをすることで」と伊藤院長。

マスク着用は、個人の判断に任せられているが、改めてしっかりと行う必要がある。人の密度が濃い感染リスクの高い環境は回避し、そのような環境に遭遇したら、帰宅後、うがいも十分に行う。

口腔(こうくう)のバリアを強化することも対策の1つだ。伊藤院長は「唾液の質を高め、歯周病菌を除去すること(歯磨き)が大事」と強調する。

歯周病菌が出すタンパク質分解酵素は、インフルエンザなどのウイルスを体内に入り込みや



◆都道府県別インフルエンザ患者数◆  
(1医療機関当たり)

1.北海道	60.97人
2.宮城県	57.49人
3.大分県	53.71人
4.宮崎県	49.64人
5.三重県	47.49人
6.熊本県	46.88人
7.群馬県	46.45人
8.長野県	46.23人
9.福岡県	45.66人
10.新潟県	41.40人

出典 国立感染症研究所  
2023年12月13日集計  
12月4日~12月10日

○国立感染症研究所などによると、全国の医療機関から報告されたインフルエンザ患者数は、今年10月までの1週間で1医療機関あたり33・72人と、今季初めて「警報レベル」とされる30人を超えた。全国約5000カ所の医療機関での患者数は、16万6690人

## 敬言報

で前週から3万4573人増加。過去10年で最も早いペースで、流行のピークが例年以上に高くなるのが懸念される。都道府県別だと、トップの北海道が60・97人、宮城県が57・49人、大分県が53・71人などと続き、33の道と県で「警報レベル」を超えている。

## 症状が長期化する可能性も

唾液の質を高めるには腸内環境を整えることも重要だ。腸内の善玉菌が増えて安定すると、ばい菌やウイルスの感染を防いでくれる唾液中のIgA抗体が増え、免疫機能が高まります。そのためにも、バランスの良い食事が大切。毎日の生活で、ヨーグルトや発酵食品(納豆、キムチ、みそ、チーズなど)、そして酪酸菌を増やす食物繊維(ゴボウ、玉ネギ、アスパラガス、ニンニクなど)を日常的に摂取したい。

「夜はヨーグルトを取って、ていねいに歯を磨いて寝ましょう。口の中の細菌の繁殖を抑えられ、寝ている間は副交感神経優位になるので消化吸収が進みます。目覚めがさわやかで、よい体調を保てます」。忘年会シーズンで気が緩み、生活が乱れがちな年末年始。伊藤院長のアドバイスを生かして欲しい。

## 口腔ケアでバリア強化がカギ

伊藤博道(いとう・ひろみち) 医療法人社団ITO KC(アイティーオーケーシー)いとう王子神谷内科外科クリニック院長。1973年生まれ。98年筑波大学医学専門学卒業。救急医療をはじめ、がん治療、麻酔、呼吸器、消化器、肝臓まで広く研さんを積み、それぞれに専門医の資格を取得。2016年に、いとう王子神谷内科外科クリニック

すくすくという。口腔ケアをしつつ行ったグループと、そうでないグループの比較研究では、前者は後者よりインフルエンザの発症割合が10倍近く低かったことを、東京医科歯科大などが報告している。歯磨きのポイントは一歯と歯の間から裏側まで、1本1本ていねいに磨くこと」と、伊藤院長は言う。

