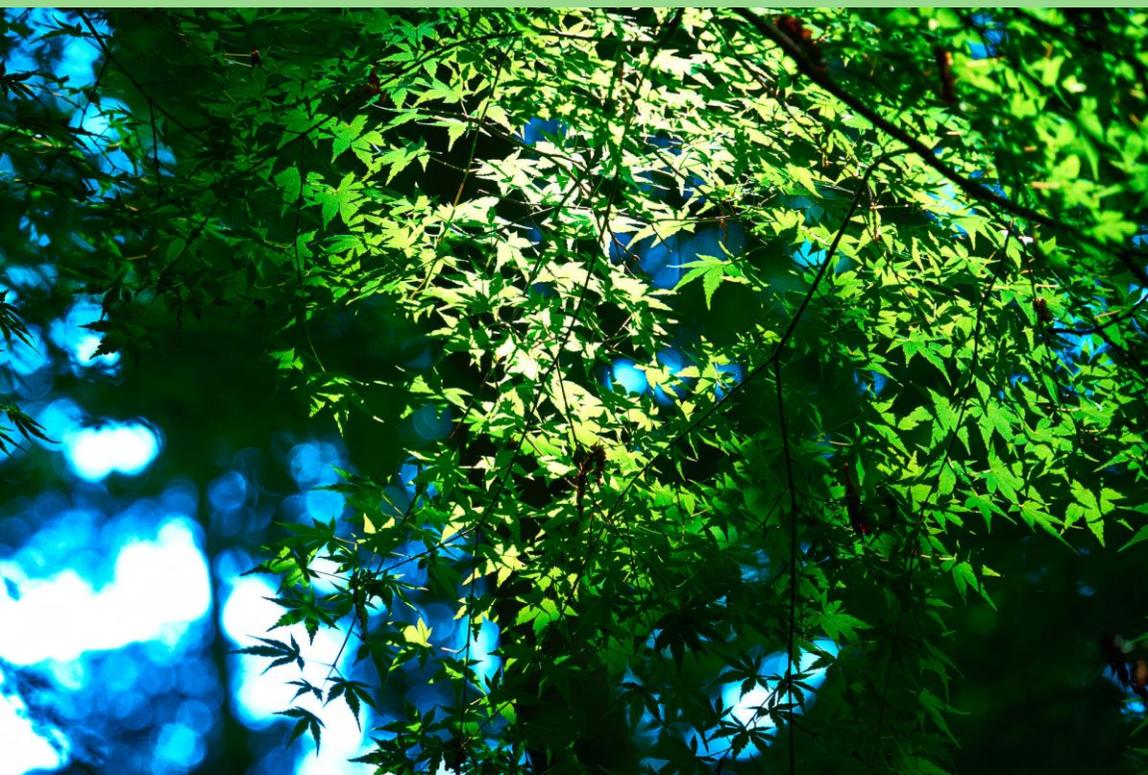


やなせ内科呼吸器科クリニック 広報誌

# あかね

4

2024.5



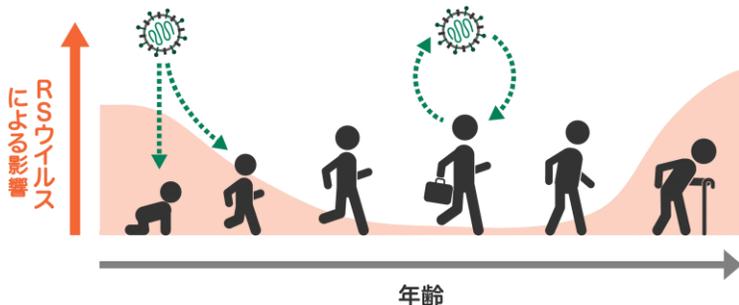
「あかね」は、みなさんとクリニックをつなぐ読みものです。  
法人の基本方針でもある「いのちと暮らしにやさしい社会づくり」に貢献することを目的として  
います。医療、福祉、文化、地域交流など、さまざまな情報を発信していきます。

# RSウイルス感染症とワクチン

1月の終わり頃からテレビコマーシャルで、さだまさしがギター片手に登場し「気にしてくださいRSウイルス感染症」と語り始めたのをご存じでしょうか？

## ■はじめに

RSウイルス感染症は小児の呼吸器感染症としてよく知られており、時に重篤な呼吸状態に陥り死亡することもあるため、子育て中の親にとっては非常に心配させられる病気となっています。2歳までにほぼ100%がかかる病気ですが、1回かかってもその後一生かからないような免疫はできないため、その後何度も感染を繰り返すことになります。若くて体力のあるうちは普通の風邪のように自然に回復しますが、高齢者や免疫機能が低下している方は小児のように重症化し、時に死に至ることもある病気です。



## ■RSウイルス感染症の特徴

RSウイルス感染症はいわゆる風邪の一種で、発熱、咳、鼻水といった症状が出るという点では特別な違いはありませんが、インフルエンザと比較すると異なる点が3つあります。第一に潜伏期間がインフルエンザが1～3日であるのに対し、RSウイルス感染症は4～5日と少し長めである点、第二にインフルエンザでは急激に発熱、悪寒、筋肉痛などの全身症状が出るのに対しRSウイルス感染症ではそうした症状が弱い点、第三に鼻水、咽頭痛などで始まり、徐々に咳・痰・喘鳴など気管支の症状に移ってゆく、つまり、症状が下の方に移動してゆくことが多いと言われている点が挙げられます。

## ■RSウイルス感染症がわたしたちに与える影響

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症は抗原検査をして診断されます。しかし、成人のRSウイルス感染症抗原検査は保険適応がないため検査されず、診断できないまま普通の風邪として扱われています。ですから患者数の確認はできず、病状が重症化してもそこにRSウイルスがどの程度関係していたのかも正確にはわかっていません。

研究目的に検査が実施された患者さんたちの情報から、日本でのRSウイルス感染症に関する推計がなされています。それによると、60歳以上の日本人で毎年約70万人程度の患者さんが発生していると考えられ、それは带状疱疹の発生率とほぼ同等となります。約63,000人が入院し、約4,500人が亡くなっていると推定されています※1。特にCOPD、気管支喘息のような呼吸器の病気、心筋梗塞や心不全などの循環器疾患、糖尿病、腎臓病、免疫の低下する病気を持った患者さんで重症化することが多いようです（右表※2）。ですから、高齢者や持病のある患者さんにとっては侮れない病気となっています。

基礎疾患	年間入院率比
喘息	2.0～3.6倍
COPD	3.2～13.4倍
糖尿病	2.4～11.4倍
冠動脈疾患	3.7～7.0倍
うっ血性心不全	4.0～33.2倍

## ■RSウイルス感染症の対策

RSウイルス感染症は飛沫感染、接触感染で広がってゆく病気ですから、まず手洗いとマスクが重要です。いざ感染してしまった場合に、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症のような抗ウイルス薬があればよいのですが、残念ながら現時点ではありません。自分の抵抗力でウイルスと闘うしかありません。もちろん、医療機関では症状を軽減するための治療や体力低下を補うための治療が行われます。また、本年1月15日からRSウイルスのワクチン接種が可能となり、期待が寄せられています。

## ■RSウイルスワクチン

RSウイルスワクチンは50年以上前から研究が重ねられてきましたが成功しませんでした。今回、ワクチンづくりに工夫を加えた結果、有効なワクチンがつけられました。ワクチンが使用されて平均6～7ヶ月時点の有効率は9割前後と大変良好な効果が得られ、副作用も大半が注射部位の疼痛などが主な症状で、重い副作用は報告されていません。新型コロナウイルスワクチンで多く見られたような発熱も2%程度と低率です。非常に期待が持てるワクチンですが、まだ歴史が浅く「効果が何年続くのか」「2回目の接種はいつ打つべきなのか」「インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンのような公費助成がつかのか」などは今後明らかになってくるものと考えられます。

※1 Savic M, Penders Y, Shi T, Branche A, Pirçon J-Y. Respiratory syncytial virus disease burden in adults aged 60 years and older in high-income countries: a systematic literature review and meta-analysis, *Influenza Other Respir Viruses* 2022 2023; 17:e13031.

※2 Branche AR et al : *Clin Infect Dis* 2022 ; 74 (6) , 1004 - 1011より作図



院長 柳瀬 賢次  
1952年生まれ  
浜松市北区細江町出身。  
浜松医科大学卒業。聖隷三方原病院呼吸器センター内科科長を経て当クリニックを開院。

日本内科学会専門医  
日本呼吸器学会指導医  
日本喘息学会専門医  
日本アレルギー学会専門医  
日本感染症学会専門医  
日本結核病学会認定医  
日本認知症学会  
日本サルコイドーシス学会 等

# 高額療養費制度について

病院に長期入院したり、治療が長引いたりしたとき、医療費の自己負担額が高額になります。高額療養費制度は、医療費の負担を軽減できるように一定の金額（自己負担限度額）を越えた分が払い戻される制度です。頭の片隅に入れておくと、いざというとき頼りになる制度です。

## 高額療養費制度とは

医療費の家計負担が重くならないよう、医療機関や薬局の窓口で支払った金額が、1ヶ月で上限額を超えた場合、その超過分が支給される制度です。上限額は年齢や所得に応じて定められています。

### 70歳以上の場合

適用区分		外來(個人ごと)	
		外來(個人ごと)	ひと月の上限額（世帯ごと）
現役並み	年収約1,160万円～ 標準83万円以上／課税所得690万円以上	252,600円+(医療費-842,000)×1%	
	年収約770万円～約1,160万円 標準53万円以上／課税所得380万円以上	167,400円+(医療費-558,000)×1%	
	年収約370万円～約770万円 標準28万円以上／課税所得145万円以上	80,100円+(医療費-267,000)×1%	
一般	年収156万～約370万円 標準26万円以下 課税所得145万円未満等	18,000円 年14万4千円	57,600円
非住民税等	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯 (年金収入80万円以下など)		15,000円

注 1つの医療機関等での自己負担（院外処方代を含みます。）では上限額を超えないときでも、同じ月の別の医療機関等での自己負担を合算することができます。この合算額が上限額を超えれば、高額療養費の支給対象となります。

### 69歳以下の場合

適用区分		ひと月の上限額（世帯ごと）
ア	年収約1,160万円～ 健保：標準83万円以上 国保：旧ただし書き所得901万円超	252,600円+(医療費-842,000)×1%
イ	年収約770～約1,160万円 健保：標準53万～79万円 国保：旧ただし書き所得600万～901万円	167,400円+(医療費-558,000)×1%
ウ	年収約370～約770万円 健保：標準28万～50万円 国保：旧ただし書き所得210万～600万円	80,100円+(医療費-267,000)×1%
エ	～年収約370万円 健保：標準26万円以下 国保：旧ただし書き所得210万円以下	57,600円
オ	住民税非課税者	35,400円

注 1つの医療機関等での自己負担（院外処方代を含みます。）では上限額を超えないときでも、同じ月の別の医療機関等での自己負担（69歳以下の場合は2万1千円以上であることが必要です。）を合算することができます。この合算額が上限額を超えれば、高額療養費の支給対象となります。

## 対象となる医療費

保険適用される診療に対して、支払った金額のみが対象となります。入院時の食費・差額ベッド代（個室や少人数部屋）・先進医療にかかる費用等は対象外となります。

## 申請方法

浜松市在住の国民健康保険加入者の場合、該当する月の2カ月後以降に申請書が郵送されます。その後、区役所・行政センター等の国民健康保険担当窓口にて手続きを行います。窓口での申請のほかに、オンラインや郵送での申請も可能です。申請方法は保険者により異なります。詳しくはご自身の保険者にお問い合わせください。

参照：国民健康保険／高額療養費を申請するときは／浜松市

[https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/kokuho/kokuho\\_nenkin/kokuho/kokuho\\_tetuduki/kougakuryouyouth.html](https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/kokuho/kokuho_nenkin/kokuho/kokuho_tetuduki/kougakuryouyouth.html)

## 注意点

### ・支給までに3ヶ月はかかる

超過分の支給まで、受診から少なくとも3ヶ月程度かかります。これは、申請後の審査が必要なことや、レセプト（診療報酬の請求書）が確定するまでに一定の時間がかかることが理由です。一時的に窓口での負担は大きくなるので注意が必要です。

### ・申請しなければ支給されない

高額療養費制度の支給を受けるには、申請手続きが必要です。自動的に支給されるわけではないため、注意が必要です。

加入している医療保険によっては、申請をしなくても高額療養費を口座へ振り込んでくれるパターンがありますが、すべての医療保険で対応しているわけではありません。「申請をしていなかったために高額療養費を受け取れなかった」という状況を防ぐためにも、基本的には、自分で申請をする必要があると覚えておきましょう。

## 医療費が高額になることが事前にわかっている場合

計画されている入院や高額な治療を開始する予定があるなど、事前に医療費が高額になることが分かっている場合には『限度額適用認定証』を提示する方法が便利です。

事前に下記窓口で申請すると、限度額適用認定証が交付されます。保険証とあわせて医療機関窓口で提示することで、限度額を超えた金額を支払わなくて済みます。

国民健康保険	市区町村（国民健康保険窓口）
社会保険・国保組合	各保険者
後期高齢者医療 （原則75歳以上）	市区町村（後期高齢者医療窓口）

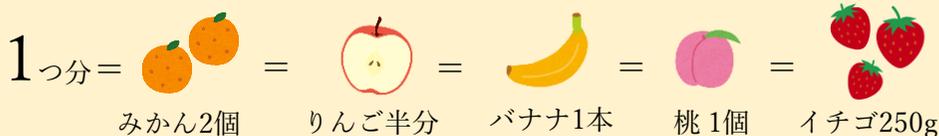
あなたの食の問題点 こうして解決！

# 果物が足りていない人に

果物は、主にビタミンCやカリウムの供給源です。すぐにエネルギーになるので朝食でとると一日の活力となります。季節の果物は栄養価も高く美味しいため、つい食べすぎてしまいます。目安量を守って食べるようにしましょう。

## 食品交換表による1日分の適量

食品交換表は、糖尿病の患者さんのための食事を組み立てる際に用いる表です。糖尿病や血糖値の高い方は1日1つ分を目安としましょう。健康な方は2つ分まで食べても良いでしょう。1つ分は約80kcalです。



## おすすめの食べ方

- ・加熱するとビタミンが壊れやすいためなるべく生で食べましょう。
- ・ヨーグルトと一緒に食べましょう。
- ・干し柿などのドライフルーツは生の果物と比べると水分が少なく糖分の割合が大きくなります。また、缶詰はシロップ漬けになっており多くの糖分を含むため、加工されていないものを選びましょう。

## 忙しくて面倒な人にはこの果物を

- ・みかんやバナナのように手でむくだけのもの
- ・カットフルーツ
- ・いちごやさくらんぼ、ぶどうのように洗うだけで食べられるもの

## 管理栄養士より



果物は糖質も多く含まれるため食べ過ぎると肥満につながります。食べ過ぎないように、適量を目安に食べましょう。医師や管理栄養士の栄養指導を受けている方は、その指示に従ってください。

やなせ内科呼吸器科クリニックでは、管理栄養士による栄養指導を行っています。完全予約制となります。

毎週火曜日・金曜日／土曜日（月1回）

# こよみ

## 立夏 5月5日～5月19日

二十四節気のひとつ。暦の上で夏が始まる日であり、しだいに夏めいてくるころ。木々萌える夏の始まりです。

### 端午の節句



男の子の健やかな成長を祈願する日で別名『菖蒲の節句』と呼ばれます。もとは中国の風習であり、日本に伝来したのは奈良時代。厄払いの色合いが強かったのが、鎌倉時代になり武家社会になるにつれ、現代のような男の子の成長を願う日へと変化していきました。

### かえる



多くの和歌にも登場し、鳥獣戯画などにも擬人化され描かれてきたかえる。日本で最も目にする機会が多い両生類で、日本だけでも43種類ものかえるがいます。産卵期の「げこげこ」という特徴的な鳴き声は梅雨の風物詩のひとつにもなっています。

### そら豆



マメ科の一年草で春に紫色の小さな花を咲かせます。旬の季節は5月から6月にかけて。タンパク質やビタミンB、鉄分などを豊富に含んでおり疲労回復にも効果があるといわれています。

エジプトでは4000年前の遺跡から、中東では新石器時代の遺跡からも出土しているなど、人々の食を古くから支えてきた豆です。

### 藤の花



日本の固有種で、本州から九州にかけ分布しています。4月下旬～5月上旬にかけ見頃となり、美しい藤棚が見られます。

埼玉県藤花園には、特別天然記念保存木『牛島の藤』があり樹齢は1200年を超すといわれます。花房は長いもので2m、藤棚の面積は700㎡もあり満開の時期は見物客で賑わいます。



## Information

### 普段と違う症状がある場合は**ご来院前**にお電話を

発熱・鼻水・のどの痛み・咳など、普段と違う症状がある方は、必ず**ご来院前にお電話**にてご連絡ください。スタッフが受診方法をご案内します。院内の感染症対策にご協力をお願いいたします。

また、予約外の受診受付は**平日午前中のみ**とさせていただきます。平日午後・土曜は受付できません。体調が悪い時は12時までにお電話ください。

### 休診日のご案内

6月27日（木）～29日（土） 学会出席のため  
7月13日（土） 学会出席のため  
8月13日（火）～15（木） 夏期休暇

### マスク着用をお願い

感染予防のため、ご来院の皆さまにこれまでと変わらずマスクの着用をお願いしております。ご協力をお願いいたします。



表紙の写真：千葉県市川市動植物園の新緑 © moja クリエイティブ・コモンズ・ライセンス（表示4.0 国際）<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



医療法人社団やなせ  
やなせ内科呼吸器科クリニック  
〒433-8105 浜松市中央区三方原町565-1  
TEL : 053-414-5886  
FAX : 053-414-5887  
<http://www.yanase.or.jp/>



発行日：2024年5月

無断転載禁止