

バラ号

第211号

発行日：令和3年8月1日
発行者：医療法人 博愛会
福田脳神経外科病院 新聞部

診察室から 血のサラサラの薬（抗血小板剤①） 院長 福田 雄高

例年同様非常に暑い夏が続いています。最近、ふらつき、頭痛といった症状の方が多く印象です。暑さによる影響か、めまいなのか、それとも脳梗塞など頭が原因なのか、紛らわしく感じます。

脳梗塞のなかでも、非心原性といい、不整脈が原因でない、血栓性梗塞の際に処方する薬剤に抗血小板剤という薬があります。俗に言う血のサラサラの薬です。皆さんの周りにも、心筋梗塞や脳梗塞に罹患したことがある方は内服している方は多いでしょう。但し、ときに内服の根拠なく、漫然と内服している方もいるかもしれません。今回、次回と抗血小板剤に関しての話題です。

最近脳卒中治療ガイドラインが改訂され、「脳卒中治療ガイドライン 2021」が公表されました。相変わらず脳梗塞慢性期に対して、非心原性脳梗塞に対する抗血小板療法は推奨されています。

1. 非心原性脳梗塞の再発予防には、抗血小板剤の投与を行うよう勧められる
(推奨度A エビデンスレベル高)。
2. 現段階で非心原性脳梗塞の再発予防に有効な抗血小板剤（本邦で使用可能なもの）は、アスピリン 75～150 mg/日、クロピドグレル 75 mg/日、シロスタゾール 200 mg/日（推奨度A エビデンスレベル高）である。

注：無症候性脳梗塞（症状を来さずに発見された脳梗塞）に対して抗血小板療法は必要か？

1. 無症候性脳梗塞に対して、一律での抗血小板療法は勧められない。
2. 但し、個々の症例のリスクを慎重に検討し、十分な血圧コントロールを行ったうえで、出血リスクに十分に配慮した抗血小板療法を考慮しても良い。

| | バイアスピリン (一般名:アスピリン) | プレタール (一般名:シロスタゾール) | ブラビックス (一般名:クロピドグレル) |
|------|---------------------------------------|--|-------------------------------|
| 特徴 | 歴史が長い (1899年バイエル社) 100mg1錠5.60円 | 出血性副作用は 3剤のなかで最も弱め 100mg1錠144.20円 | 抗血小板作用は最も強い 75mg 1錠201.20円 |
| 内服方法 | 100mg1錠1回朝 | 100mg2錠2回朝夕 | 75mg 1錠1回朝 |
| 副作用 | 胃腸障害(胃潰瘍など) 喘息 | 頭痛、頻脈 | 出血副作用は最も強い |
| 機序 | COX阻害, PG代謝抑制 | PDE(ホスホジエステラーゼ)阻害、血小板内のcAMP↑、脳血流増える 血小板活性は抑制される | ADP受容体(血小板表面にある)阻害, ADP凝集を抑制 |

次回この3剤に関してもう少し詳しく解説できればと考えます。

平凡な海の風景

“No hay bien ni mal que dure cien años” (禍福百年は続かず)

幸も不幸も永続きはしないのだから、幸運に酔わず、不幸に失望せず、つねに最善の生き方をせよ。





大園先生の勉強会

新型コロナウイルス感染症② COVID-19

全4回で
掲載します



他のウイルス性肺炎との比較

| | 2019-nCoV | MERS-CoV | SARS-CoV |
|----------|------------|------------|-------------|
| 平均年齢 (歳) | 49 (21-76) | 56 (14-94) | 39.9 (1-91) |
| 男女比 | 2.7:1 | 3.3:1 | 1:1.25 |
| 確定症例数† | 835 | 2494 | 8096 |
| 死亡 | 25人†(2.9%) | 858人 (37%) | 744人 (10%) |
| 医療従事者 | 16人‡ | 9.8% | 23.1% |
| 症状 | | | |
| 発熱 | 40 (98%) | 98% | 99-100% |
| 乾性咳嗽 | 31 (76%) | 47% | 29-75% |
| 呼吸困難 | 22 (55%) | 72% | 40-42% |
| 下痢 | 1 (3%) | 26% | 20-25% |
| 咽頭痛 | 0 | 21% | 13-25% |
| 人工呼吸器 | 9.8% | 80% | 14-20% |

・ COVID-19 は下痢などの消化器症状および咽頭痛などの上気道症状は比較的小さい

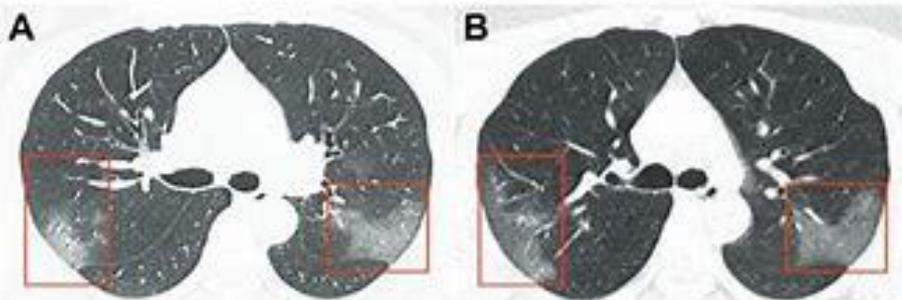
| | 基本再生産数 (R0)* | 致死率 |
|------------|--------------|------------|
| 麻疹 | 12-18 | 0.1-0.2% |
| 風疹 | 6-7 | 3-6% (達上国) |
| 季節性インフルエンザ | 1-2 | <0.1% |
| SARS | 3 | 9-16% |
| MERS | <1 | 30-40% |
| 2019-nCoV | 1.3-2.5** | 約3% |

SARS や MERS などの重症肺炎と比較して致死率低い

ウイルスが引き起こす病気の比較

| | 新型肺炎 | 重症急性呼吸器症候群 (SARS) | 中東呼吸器症候群 (MERS) | インフルエンザ |
|--------------|-----------------|--------------------|-----------------|----------------|
| ウイルス像 | | | | |
| 提供元 | GISAID提供・共同 | CDC提供 | 国立感染症研究所提供 | CDC提供 |
| 症状 | 高熱や肺炎 | 高熱や肺炎、下痢 | 高熱や肺炎、腎炎、下痢 | 高熱、頭痛、関節痛など |
| 感染源 | コウモリ? | コウモリ | ヒトコブラクダ | 人の間で感染 |
| 感染者数 | 6000人以上 (29日時点) | 約8000人 (2002~03年) | 約2500人 (2012年~) | 年間約1000万人 (国内) |
| 感染者1人からうつる人数 | 1.4~2.5人 | 2~4人 | 1人前後 | 約2人 |
| 潜伏期間 | 2~14日? | 2~10日 | 2~14日 | 1~3日 |
| 致死率 | 2~3% | 約10% | 約34% | 0.1%以下 (国内) |
| 流行地 | 中国 | 中国や台湾、カナダ、シンガポールなど | アラビア半島とその周辺 | 世界各地 |

(注) 国立感染症研究所の資料などを基に作成



Enhanced CT images in a 33-year-old woman. A, Image shows multiple ground-glass opacities in bilateral lungs. Ground-glass opacities are seen in the posterior segment of right upper lobe and apical posterior segment of left superior lobe. B, Image obtained 3 days after follow-up shows progressive ground-glass opacities in the posterior segment of right upper lobe and apical posterior segment of left superior lobe. The bilaterality of the peripheral lung opacities, without subpleural sparing, are common CT findings of the 2019 novel coronavirus pneumonias.

・他の肺炎と比較した肺の表面の炎症所見が特徴
・無症状の感染者でも肺炎像が観察されることが COVID-19 の特徴
・ただし、中国の報告では感染者の 59.1%にしか肺炎像が確認できなかった。

| 重症化のリスク因子 | 重症化のリスク因子かは知見が揃っていないが要注意な基礎疾患等 |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 65 歳以上の高齢者 慢性閉塞性肺疾患 (COPD) 慢性腎臓病 糖尿病 高血圧 心血管疾患 肥満 (BMI 30 以上) | <ul style="list-style-type: none"> 生物学的製剤の使用 臓器移植後やその他の免疫不全 HIV 感染症 (特に CD4 <200 /L) 喫煙歴 妊婦 悪性腫瘍 |

左記に該当する方は COVID-19 での重症化リスクが高く要注意

給食室より

～麺類は具たくさんにして食べよう！～

管理栄養士 I, F

暑いときは食欲が低下しがちです。のどごしのいい麺類を食べる機会が多くなると思います。しかしそればかりでは、栄養が偏り疲労感がとれにくくなります。麺類に多く含まれる糖質の代謝には、ビタミン B1 が必要です。ビタミン B1 を多く含む食品には、豚肉、うなぎ、小麦胚芽、枝豆、玄米、昆布などがあります。また、玉ねぎ、ねぎ、にら、にんにくなどに含まれるアリシンは、ビタミン B1 の吸収を促す作用があり、一緒に摂るといいですね。

具たくさん麺料理例

◇坦々そうめん◇



【一人分】
577kcal
塩分 2.5 g

生姜と豚ひき肉を炒め、茄子も炒め、調味料を入れて煮て、最後に練りごまを加え混ぜる。そうめんのにせ、白髪ねぎをトッピングする。

◇豚ニラ玉そうめん◇



【一人分】
503kcal
塩分 4.0 g

豚肉とにらをさっとゆで、調味料で和えておく。器にそうめん、つゆを入れ、和えたものと温泉卵をのせる。

◇スタミナ焼きうどん◇



【一人分】
530kcal
塩分 3.0 g

豚肉、にんにくの芽、ねぎ、パプリカを炒め、うどんを加えさらに炒める。にんにくしょうゆを加え全体に炒め合わせ、こしょうをふる。

◇冷やし中華◇



【一人分】
431kcal
塩分 3.2 g

焼き豚、きゅうり、トマトをきっておく。器にめんを盛りつけ、具材をのせて、たれをかける。

写真：キッコーマンホームクッキングより

※麺自体にも塩分が含まれており、麺料理は塩分が多いので、つゆは残すようにし、タレはかけすぎないようにしましょう。

即席ラーメンも、カット野菜やシーフードミックスなどを加えて作ると、バランスが良くなります。



紹介します



スタッフ紹介リレー

今月よりスタッフが自由に書くスペースを設けております。
患者さまに少しでもスタッフの事を知っていただけたら(^)/と思いま
す。リレー方式で紹介していきます。スタートは看護師のYさんです。

お題「私の好きなもの・好きなこと」

今回私は好きな動物を紹介しようと思います。
「チンチラ」というねずみとウサギの間の
小動物になります。見たことない方もいると
思いますが、抱っこすると、とてもフワフワ
してきもちよくて、可愛らしいですよ！
トトロに似ているとも言われています！

次回は看護師のNさんです。



My name is
もぶ



夏の花壇



毎日毎日暑い日が続いています。
水やりが欠かせません☺
今年は去年植えたマリーゴールドの
こぼれ種でこんなに沢山の花が
咲きました！



8月の診療日のお知らせ

- | | | | |
|----|-----|-----|--------------|
| 8月 | 9日 | (月) | 休日 |
| | 10日 | (火) | 通常通り |
| | 11日 | (水) | 〃 |
| | 12日 | (木) | 〃 |
| | 13日 | (金) | 〃 |
| | 14日 | (土) | 〃 (12:30 まで) |

※ 診療日にご注意下さい！

※ お盆は通常通りです



尚、具合の悪い方・急患はこの限りではありません。
いつでも遠慮なくお電話でお尋ねください。