



平成28年8月 NO.24

発行：三重耳鼻咽喉科 荘司邦夫・坂井田麻祐子

津市観音寺町 445-15

Tel.:059-228-0100 Fax:059-228-0133

ホームページ：<http://www.miejibika.com/>携帯サイト：<http://www.miejibika.com/i/>

### <マイコプラズマ感染症に注意！>

今年のリオデジャネイロオリンピックの年ですが、オリンピックイヤーに流行すると昔から言われている感染症が、「マイコプラズマ」という病原体による感染症です。

1984年、1988年に流行し、実はその後、すこし落ち着いていたようですが、2011年、2012年にも流行、そして、今年が印象として大流行の感じです。

マイコプラズマという微生物は、いわゆる「細菌」よりも小さな病原体です。感染すると、発熱、倦怠感、頭痛などの症状が出た後、数日して咳が始まります。熱が下がっても咳が続くことが有り、長いと1ヶ月近く続きます。潜伏期間（移ってから症状が出るまでの期間）は2、3週間と長く、今年は、夏休みに入ってから発症が確認された子供さん達が多くいらっしゃいました。

人から人へ移りますが、咳のしぶきや、接触により感染するようで、インフルエンザなどのように学校にいるだけで移ると言うより、仲の良いお友達同士の感染が多いようです。

咳が出始めると、昼でも夜でも咳通しで、夜も眠れないという訴えの方が多いです。悪化すると、肺炎になり、入院治療が必要になることもありますので、早めの診断、治療が大切です。

ありがたいことに、インフルエンザや溶連菌のように、のどの粘液を綿棒で取って調べれば、15分程度でマイコプラズマかどうか、判定できるキットが発売されるようになり、診断はとても楽になりました。これまでは、血液検査である程度推定はできるものの、結果が出るのに1週間を要し、痰を取って培養検査（菌を増やして検査をもの）する方法も、同じくらい時間がかかりました。迅速キットなら、小さなお子さんでも簡単に診断がつきますので、大変助かっています。



マイコプラズマは、ペニシリン系やセフェム系の抗生剤は効きません。マクロライド系、ニューキノロン系、テトラサイクリン系といった系統の抗生剤で治療でき、1週間程度の内服でほぼ改善します。しつこい咳でお困りの方がいらっしゃったら、一度ご相談ください。

### <迅速検査>

マイコプラズマの検査の話が出たところで、当院で出来る「迅速検査」のご紹介をします。

マイコプラズマと同じように、綿棒で鼻やのどの粘液を採取させて頂き、検査をする事が出来る病気は、「アデノウイルス感染症（プール熱）」「インフルエンザ」「溶連菌感染症」です。いずれも、高熱が出て、人に移りやすい病気です。アデノウイルスやインフルエンザは、幼稚園や保育園、学校の出席停止が必要な病気ですので、診断が確定できると助かります。溶連菌感染症は、通常の風邪よりも長く、10日間の抗生剤内服が必要となる病気です。途中で薬をやめると再発するので、やはり診断をつけておくと、投薬の目安がはっきりし、役に立ちます。

血液検査も、昨年から院内で測定できるようになり、5分程度で結果が分かるようになりました。体の中でどの程度の炎症が起

きているのか、細菌によるものか、ウイルスの可能性が高いか、貧血があるかなどが分かります。

<最近の勉強会から>

今号も、最近の勉強会で得た情報を一部ご紹介いたします。

一つ目は、アレルギーと体内時計のお話です。我々の体中にある細胞すべて、個々に体内時計を持っているそうです。体中にあるそれぞれの細胞は、それぞれの仕事を持っていますが、朝4時になると、副腎という場所からステロイドホルモンの分泌が増加し、時計をリセットします。そこから、細胞の活動がスタートします。アレルギー症状は、不思議と出現する特徴的な時間があります。例えば、喘息は午前3時から6時くらい、アレルギー性鼻炎は午前6時から9時くらい、じんま疹は夕方、というように。これは、それぞれの場所で、それぞれの細胞が、アレルギーを起こす物質（ヒスタミン）を分泌するからであり、どの細胞も共通の時計を持っているからなのでしょう。とても不思議ですね。ところが、寝不足になったり、ストレスがたまっていたり、夜遅くテレビやスマートフォンの画面を見ていると、昼と夜の区別が付きづらくなり、うまく副腎ホルモンが出ないため、細胞の持つ時計が狂います。そのせいで、昼でもアレルギー症状がひどくなります。古来から持つ、細胞本来の働きがスムーズであれば、症状も軽くなるかもしれません。太陽の光で目覚めて、暗くなったら眠る、ストレスをなくして、テレビもスマホも使わずに・・・といった生活が体の細胞達にとっては理想なのでしょうが、現代人にはなかなか難しいですね。

二つ目もアレルギーの話題ですが、近年治療が保険適応となった、「舌下免疫療法」のお話です。12歳以上で、スギ花粉症と、ダニアレルギー性鼻炎に対して適応となる治療法で、それぞれの



エキスが入った薬液を舌の下へ毎日滴下し、これを3年から5年継続することで、アレルギー反応を起こしにくい体に変えていくという免疫療法です。この治療に関して、色んなデータが、実際の臨床や、動物実験から分かってきました。

まず、舌下免疫療法をするとどんな症状がよくなるか、ですが、くしゃみや鼻水、鼻づまりなど、アレルギー性鼻炎症状には効果的なのですが、眼のかゆみや鼻のかゆみなど、「かゆみ」全般には効きづらいようです。また、この舌下免疫療法の難点は、3年から5年と長期に渡るということですが、やはりデータを取っても、効果が出るには3年はかかるようです。



しかし、朗報もあります。治療終了後5年ほど経過しても、効果が持続していることや、反応の良いタイプの方は1年以内に効いてくるということ、また、スギが良く効くタイプの方のうち、3割くらいの方が、スギとは関係の無い、他の抗原（例えばダニやヒノキなど）に対する反応も軽くなるということも分かってきました。また、何かの舌下免疫療法をすることで、新しく別のアレルギーになるのを予防できるとも言われています。少々面倒くさい治療法ではありますが、色んな意味で試してみる価値はありそうですね。

もっと早く効果が出せないかと考えた先生方が、舌下に滴下するエキスとともに、乳酸菌を摂取する実験を行いました。すると、エキスのみで治療した人たちよりも、エキスと乳酸菌を摂取した人の方が、1年目から良く効くことが分かったそうです。花粉の時期になると、ヨーグルト製品がやたら宣伝されますが、あながち間違いでもなさそうです。こちらも、試してみる価値があるかも知れません。

