



## 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）について

### 流行期

4月～5月が最も発症が多い時期です。

### 症状

2～3週間の潜伏期の後に両側もしくは片側の耳下腺が腫れ、1～2週間で症状は軽くなります。まれに、髄膜炎、脳炎、脾炎、難聴などの合併症を引き起こすことがあります。唾液などにより周囲にうつりますが、感染しても症状が現れない人も多くいます。



### 治療・予防法

- ・治療できる薬はなく、症状に応じて痛みをやわらげるなどの対応をします。
- ・予防にはワクチン接種が効果的であり、集団生活に入る前、もしくはかかりやすい年齢である3歳までに接種することが勧められます。流行期に入る前のこの時期に接種しておきましょう。

※町の補助はないため、個人負担となります。



## 最期まで元気に暮らすための3つの秘訣！

財政破綻により病床数の9割が減ってしまい医療も崩壊してしまった夕張市。救急病院まで1時間もかかる状態になったにも関わらず、救急搬送が減少し医療費も下がり、死亡率も上がらなかったそのからくりは！！

### ①きずな貯金

地域のきずなが深いことで、お互いに気を配り助け合うことができる。普段から近所づきあいを大切に。

### ②1人1人の意識改革

まずは、どんな時にどんな対応をしてほしいのか家族や周りの人と話しておく。もしも自分が、病気・認知症・延命措置が必要な状態になったら……。そして、将来の自分のために若いうちから自分の身体のことにも目を向けましょう。

### ③生活を支える医療・介護

自分らしく生活するために、家族と笑顔で暮らせるために、医療や介護はあくまで補助的なものですが、うまく活用していきましょう。



元夕張市立診療所  
所長森田洋之氏