

明けましておめでとうございます。コロナ、少し落ちついたかと思っていたら、こんどはオミクロン株が世の中を席卷しつつあります。うがい、手洗い、除菌と基本に忠実に、感染対策を続けましょう。



新しい年を迎え、皆さまそれぞれのお正月、いかがお過ごしでしょうか。「えっ？そんなのんきな気になれないよ」このご時世の影響でしょうか・・・一方「いつものように駅伝三昧、青山学院強かったなあ・・・」「昨年会えなかった子どもや孫の顔が見れて、楽しかったよ」いろんな声が聞こえてきますね。私は、去年は喪中でしたので二年ぶりのお正月でした。さて、新年号では、昨年末から話題になり始めたオミクロン株の解説を米本先生にお願いしました。「敵を知り、己を知れば百戦危うからず」（孫子）に習い、備えを確かなものにしていきましょう。

【ニュース】

① 診療日の変更

今月の診療日の変更はありません。

② 漢方処方解説(再掲)

漢方エキス剤の解説を、1 番の葛根湯から順に始めました。詳しくは、ホームページをご覧ください。

③ インフルエンザワクチンの接種について（再掲）

・堺市在住の 65 歳以上の方

ワクチン費用の負担は 1500 円

・堺市在住の 64 歳以下の方・他市の方

3500 円

新しい年も、まだまだワクチン接種は間に合います。どうぞ受付にお問い合わせ下さいね。

【ミタクリ漢方 湯液・散剤・丸剤のこと】



薬研 高岡市立博物館所蔵

さて、年が改まり、少しいつもと違う視点でものをみてみようかなと思い、漢方薬の「名前」をとりあげてみました。漢方薬にはいろんな名前がありますが、例えば葛根湯、五苓散、八味地黄丸を比較してみます。何かお気づきになりませんか？そうです。名前の最後が「湯」「散」「丸」となってますね。この違いをご存じですか？「湯（とう）」剤は、乾燥させた生薬を水 600ml とともに土瓶に入れ、とろ火でコトコト煮詰めます。だいたい 40 分ほど煮詰めると上澄み液が半量になり、これを一日で服用します。生薬の量が多くても少なくても、水の量（600ml 前後）は同じです。これに対し、「散（さん）剤」は、乾燥させた生薬をそのまま薬研（やげん）などで粉末にしたもので、疼痛や精神的な興奮に適應する処方が多い事が特徴です。精油成分を多く含む生薬（シナモン、シソ、ハッカなど）が、加熱により揮発してしまわないので、保存性が高く、何よりも即効性が期待されます。そして「丸（がん）剤」は、散剤と同様に粉末にした生薬をハチミツで良く練って直径 4～5mm ほどに丸めたものです。経時変化に強く、長期保存が可能です。現在は、ほとんどがエキス製剤となっていて、いったん「湯」液にしてからエキス顆粒や細粒にしますので、剤形による特徴が活かされていませんが、先人の知恵と工夫は学ぶべきものがありますね。

【ヤギの由無し事（よしなしごと） オミクロン株についてしっかり学びましょうね 米本 千春】

新しい年がやってまいりました。今年は壬寅（みずえのとら）。阪神タイガースを思い浮かべるのは私だけではないと思います。本当は、壬は「妊」に通じ「生まれる」、寅は「蟻（ミミズ）」に通じ「春の草木が生ずる」からなるそうです。「春になって芽吹き成長する」意味と言えましょう。コロナ禍という冬の季節が終わって、春がやってくると思いたいですね。

とはいえ、人類はまだコロナから抜け出せずにいます。今回の話題は、くしくも昨年のミタクリ通信 5 月号の第 2 弾になります。少し難しい内容ですがお許しください。《以下は 2022 年 1 月 1 日時点の情報です》

1. オミクロン株

オミクロン・・・聞かない日はないですね。最新の厄介な変異ウイルスです。（以降、通称のオミクロン株と呼びます）[表①] デルタ株よりも感染しやすく、ワクチンや一部の治療薬の効きも悪い新種です。なぜこうなるのかというと、ウイルスの表面にある「スパイク」という突起が大きく変わったからです。細胞に入りやすくなるし、スパイクを標的にしていたワクチンや薬では歯が立たない、というわけです。たぶんこれからも新種（変異株）がどんどん出てくるでしょう。世界中のコロナを減らさないことには、新種は出まくりです。ですから、日本だけ、あるいは先進国だけが良くて根本解決にはならないのです。そうは言っても、まず足元から。自分が、自分の周り

新型コロナウイルスの主な変異株（オミクロンまで） 表 ①

変異株		アルファ α	ベータ β	ガンマ γ	デルタ δ	オミクロン $\omicron$
最初の発見国		イギリス	南アフリカ	ブラジル	インド	南アフリカ
系統		B.1.1.7	B.1.351	P1	B.1.617.2	B.1.1.529
従来株 (基準株) と比べて	感染力	↑	↑	↑	↑↑	↑↑↑
	重症化	↑	—	—	↑	↓(?)
	ワクチン効果	→	↓	↓	↓	↓↓↓

新型コロナウイルス感染症の治療薬（2022/01/01時点） 表 ②

	1	2	3	4	5	6	7	8
一般名	カシリピマブ/ イムデピマブ	ソトロピマブ	レムデシビル	モルヌピラビル	ニルマトレルビル/ リトナビル	デキサメタゾン	パリシチニブ	トリシズマブ
商品名	ロナプリーブ	ゼビュディ	ベクルリー	ラゲブリオ	パクスロビド	デカドロン	オルミエント	アクテムラ
通称	抗体カクテル療法	抗体療法	抗ウイルス薬	抗ウイルス薬	抗ウイルス薬	(抗炎症薬)	(JAK阻害剤)	(IL-6レセプター抗体)
効き方	細胞に入るのを邪魔する		ウイルスが増えるのを邪魔する			炎症を抑える（火消し）		
使える人	濃厚接触～酸素不要まで	軽症～酸素不要まで	肺炎あり（中等症以上）	軽症～酸素不要まで		酸素必要（中等症Ⅱ以上）		
使える時期	予防～早期	早期				軽症や早期以外		
使い方	点滴/皮下注射	点滴	点滴	内服	内服	内服/静脈	内服	皮下注射
使える場所	自宅可			自宅可				
オミクロン株への効果	×	○	○	○	○	○	○	○
日本での承認	○	○	○	○	×；世界標準	○	○	△；申請中
補足				5より効果弱い	4より効果強い			

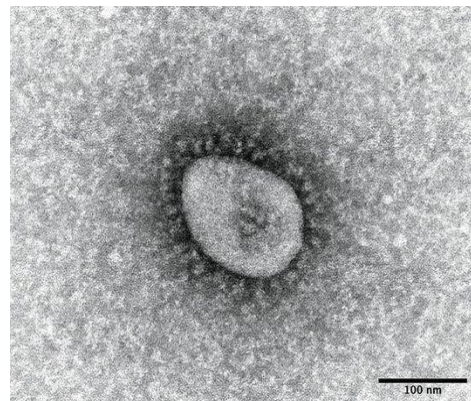
で、増やさないようにしたいですね。

新しい薬が出たのは一筋の光です。でも、抗体カクテル療法の点滴は効果が低いとわかりました。[表②] 在宅で使える薬はほんの一部。また、現在、世界標準の薬もまだ認可されていません。元気な人が肺炎になる可能性、広がりやすさ、後遺症など未知の症状がありますので、まだインフルエンザと同じとは言えません。

【まとめ】私たちがオミクロン株に感染したらどうなるか？

- ・症状は軽い（かもしれないが、肺炎など重症化はゼロではない）
- ・隔離対応になる
- ・後遺症（記憶障害、だるさ、嗅覚・味覚障害、息切れ、脱毛など）の危険は十分ある
- ・知らない間に周りの人に広げているかもしれない
- ・陽性者、濃厚接触者が増えれば、健康観察をする保健所がパンクする（かもしれない）
- ・陽性者が増えれば、自動的に中等症・重症者も増える→病院がパンクする（かもしれない）

⇒ このような可能性は、（3 回目の）ワクチン接種で下がると思われます。が、引き続き感染対策をお願いします。オミクロン株は感染力強力です！！



2. ワクチン

オミクロン株にも効果があります。と言いたのですが、下の補足をご覧ください。

※ 補足（確実な情報ではありませんので参考まで）

まだ正式な報告ではありませんが、オミクロン株に対するワクチンの発症予防効果の一情報です。“ファイザー” ワクチンを2回接種して3～6ヵ月後で予防効果20～40%程度、3回目接種後でも55～75%程度です。ちなみにインフルエンザワクチンの予防効果は50%程度です。「なーんや、その程度なんか」と思う人もいるでしょう。そうなんです。それぐらい変異株が出てくるのは厄介なのです。もちろん重症化予防効果も考えれば、ワクチンの意味は十分あります！

ワクチンについて疑問を4つ挙げてみます。

(1) なぜ3回も打つの？

四種混合や日本脳炎など小児期のワクチンも、間隔を空けて数回打つものが多いですよ。初回接種（コロナ

ワクチンでは1・2回目)で外敵と戦う武器「抗体」と、戦い方を覚える「免疫記憶」を付けます。のちに落ちてきた免疫記憶を呼び起こして最強となります。だから、追加接種(3回目接種)をブースター接種とも言います。初回接種の免疫は落ちてきている上に、オミクロン株はワクチンの効果が小さいので追加接種が勧められているのです。特に高齢の方は最初に付いた免疫が弱く、またすでに下がってきていますので積極的に接種を検討ください。

(2) 副反応は怖い？

2回目と同じか少し強いと言われています。[図] 既に受けた医療者たちの体験では、2回目が強かった人はそれなりに、何もなかった人はほとんど副反応なしのようです。免疫を作る時の反応ですので、過剰な心配はいりません。不安な人は解熱剤など手持ち薬、接種後に休める準備をお勧めします。ちなみに、副反応の強さと抗体の多さ(中和抗体価)は関係ないようです。

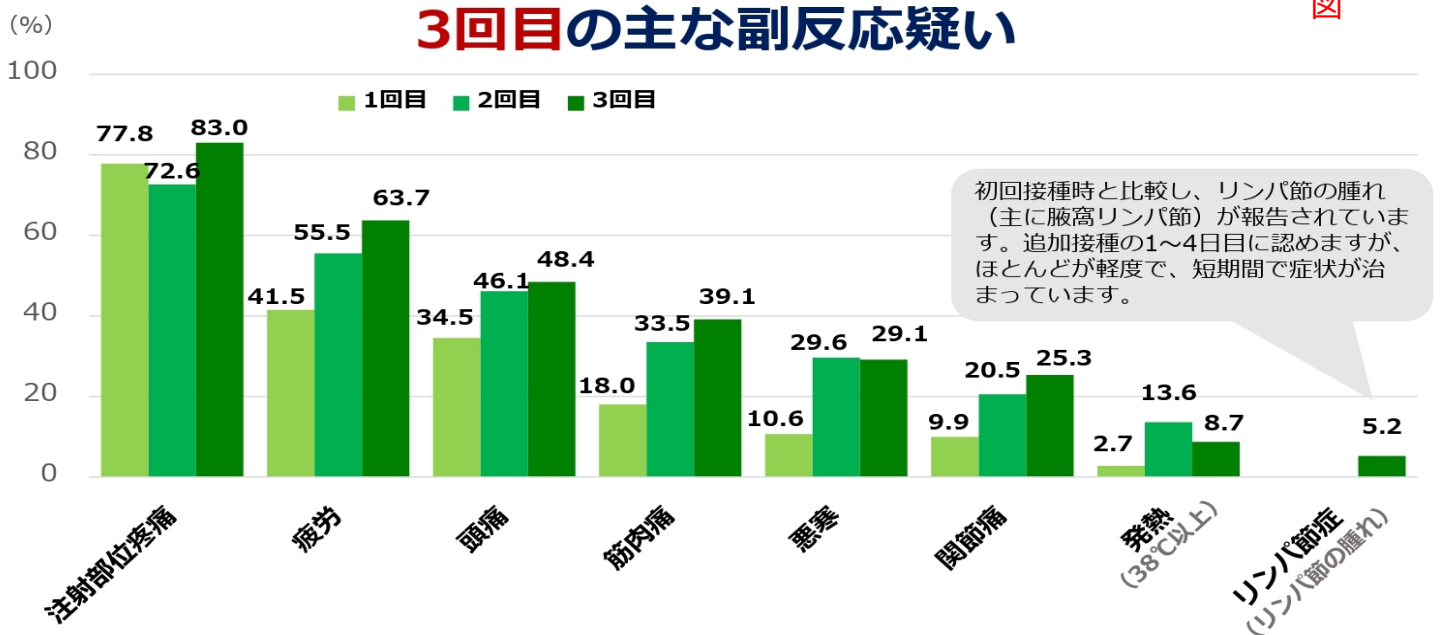
(3) 3回目ワクチンの種類はどれがいい？

今はファイザー、モデルナの二択です。高齢の方はファイザーが初回接種だった人が多いと思います。堺市では3回目はファイザーで開始されています。まず、ワクチンに含まれる mRNA(ウイルスの設計図みたいなもの)の量が、ファイザーは 30μg、モデルナは 100μg でした。(だからモデルナで反応が強かったのかも…) モデルナの3回目接種は半分量の 50μg 分になりますので、免疫はしっかりついて副反応はちょっとましになると思われます。結局、どちらのワクチンでも“打てるときに打つ”です。(ちなみに、私はモデルナを打ちたい気はしますが、たぶんファイザーになるでしょう。)

(4) オミクロン株用のワクチンを待つ？

いずれ市場に出てくるでしょう。が、日本政府が輸入、承認、流通するまでに変異株はやってきますので、どうせ打つつもりでしたら待つのはお勧めしません。

ファイザー社の新型コロナワクチン 3回目の主な副反応疑い



～ 皆さんへ、コロナワクチンの追加接種（3回目接種）について ～

私たちはクリニックや堺市の集団接種会場で 2000 回ほど接種していますので、3 回目接種に際して改めて皆さんにお願いです。

今後、堺市では役所などでの集団接種会場は開設されず、クリニックや病院での接種になる模様です。現時点で堺市からは私達にも情報が届いていませんので、決まり次第ホームページや掲示等でご案内する予定です。早く打ちたい方もいらっしゃると思いますが、ご理解ください。

◎ 大事なこと…**接種券付き予診票** が命！ これが手元ないと接種はできません。動くのは届いてからでも遅くはありません。

★ 当院での接種時に必要なもの

- ・ **接種券付き予診票 + 予防接種済証【ミシン目を切り離さないで！】**
- ・ 本人確認書類【当院初診の方は、カルテ作成のため健康保険証を持参ください】
- ・ お薬手帳

★ 注意点・お願い ★

- ・ 「接種券付き予診票 + 予防接種済み証」をお忘れなく【忘れると接種できません】
- ・ すぐに肩を出せるよう、脱ぎ着しやすい格好で
- ・ 気になることはあらかじめ主治医に尋ねておいて
- ・ 当日調子が悪い時は事前に連絡を
- ・ ワクチンを接種しない人への差別はしないのがマナーです

2022 年 クリニックは緊急事態宣言下と変わらぬ診療をいたします。

クリニックの現在の対応について、ご協力よろしくお願いします！

- ① 職員を含めウイルスを「持ち込まない」ように細心の注意を払っています。
クリニック内を1時間半おきに消毒し、常時換気をしています。待合では間隔を空けて座っていただきます。
それでも、待合が混雑したら、元気な方にはウオーキングに出ていただくようお願いするかもしれません。
- ② 予約の日であったとしても調子が悪い場合は、すぐに来院せず、先にお電話で相談してください
(072-261-1601)。コロナの専門外来に受診すべきか、他の病院に紹介すべきかそこで先に判断します。
当院で診察をする場合は、一般の予約の方と時間を分けて、隔離して診察しますので、来院していただく時間を指定させていただきます。
- ③ 当院では新型コロナウイルスのPCR検査はできません。同じように鼻咽頭ぬぐい液を用いる迅速検査（インフルエンザ・溶連菌・マイコプラズマ）を当面中止しています。
- ④ クリニック滞在時間を短くするために、尽力しています。診察時間も意識して短くしています。いままでのような、ゆったりした世間話もできないかもしれません（ごめんなさい）。身体診察の時間も、幾分減るかもしれません。待ち時間が発生するため血液の迅速検査は“どうしてもの場合だけ”に制限させていただきます。質問事項（今回はどういったお薬が必要か、どういった体調の変化があったか、など）や残薬など、あらかじめメモして持参いただけたら助かります。
- ⑤ でも、お困りのことがあれば、ちゃんとお聞きして関係各所におつなぎしますのでご相談ください。「仕事がなくなってお金が入らない」「家賃や公共料金の支払いに困っている」などです。
- ⑥ ミタクリでは2020年5月からオンライン診療（テレビ・電話）を開始しています。利用する上では、機器使用料など、いくつかの条件がありますので、ご希望の方はおたずねください。

【外来担当医一覧 2022年1月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診察受付時間	月	火	水	木	金	土
午 前 (9:00-11:00)	異 米 本	米 本 三 谷	異（訪問診療） 三 谷	異 米 本	異 (オンライン可) 三 谷	三 谷 (オンライン可)
午 後 (14:00-16:00)	異 (オンライン可) 米本（訪問診療）	異（訪問診療）	異（予約） 三谷（訪問診療）	異（訪問診療）	異（予約） 三谷（オンライン可） 米本（訪問診療）	
夜 診 (16:30-18:30)		三 谷 (オンライン可)	三 谷 (オンライン可)		三 谷 (オンライン可)	