



カムカムよってって



2025 年 12 月よってって在宅診療所

052-626-1215 E-mail:yottette-zaitaku @min

師走に入りいよいよ今年も残りわずか。冷たい風が身に染みますが、空気が澄んでいて星が綺麗です。流行りの感染症に負けないよう体調を整え、せわしい年末を楽しく過ごしましょう。

インフルエンザ サブクレード K について

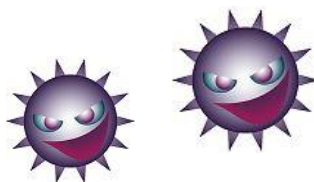
今シーズンはインフルエンザの流行が例年より早いです。流行拡大として注目されているのが、インフルエンザ A 型の変異株である「サブクレード K」です。

<サブクレード K とは>

インフルエンザ A 型の変異ウイルスです。「新型インフルエンザ」のようなウイルスではなく、季節性インフルエンザが少しずつ変異する中で生まれたものです。

<サブクレード K の症状>

- ・ 高熱
- ・ 喉の痛み
- ・ 咳
- ・ 鼻水



関節痛よりも咳・鼻水を訴える患者さんが多いとの報告もありますが、基本的な経過は従来の季節性インフルエンザと同じと考えてよいようです。

<感染したときの過ごし方>

- ・ インフルエンザ発症前日～発症後 3～7 日程度は外出へ他の人との接触はなるべく控える
- ・ 水分補給と休養を十分にとり、くしゃみや咳がある場合はマスクを着用する

<予防方法>

- ・ 外出後は手洗い、うがいをする
- ・ 室内の湿度 50～60%を保つ
- ・ こまめに部屋を換気する



診療所のプチエピソード

入院していた患者さんで、タバコが吸いたいから家に帰りたと言われました。退院調整をして家に戻ってきました。退院後は家でタバコを吸い、大好きなソーダーを飲んで過ごしました。家に戻って数日で亡くなりましたが、人生の最後に好きなことをできました。改めて、人生の最期を少しでも家で過ごせることは、素敵なことだなと感じました。