

## JOMF 派遣医師便り (2013. 6)

### ◆シンガポール◆

## デング熱流行 (2)

シンガポール日本人会クリニック

日暮 浩実

シンガポールでは、今年に入り、デング熱の患者さんが増加しています。過去5年間の平均では一週間あたりの患者発生数はシンガポール全体で、100人程度でしたが、今年に入って徐々に増え5月末には一週間あたり700人を越えました。ここ数年の年間患者発生数は5000人程度だったのですが、今年は今までの記録である2005年の14210人を越えそうな勢いです。このときは25名の方が亡くなりました。

デング熱は蚊（主にネッタイシマカ）によって媒介される熱性疾患です。潜伏期は3-14日、急激な発熱、体のだるさ、関節痛み、目の奥の痛みなどの症状が発現し、半数以下の方ですが発症後3-4日で四肢から体幹に広がる発疹がでることがあります。

デング熱に対する特異的な薬はありませんが、解熱剤（種類によっては症状を悪化させますので、必ず医療機関を受診してください）等の対症療法で99~97%以上の方は回復していきます。

しかしながら、1~3%以下ぐらいの割合ですが、デング出血熱、デングショック症候群などの重症な病態に陥る場合もありますので、感染が疑われましたら、必ず、医療機関を受診するようにしてください。

過去最多の患者発生数を見た2005年には、政府が主導して国を挙げてのデング熱対策が大々的に開始されました。デング熱にはワクチンなどの予防の薬はないため、蚊に対する対策（溜め水をなくすこと、殺虫剤をまくこと）がその内容です。これは今でも変わりません。

蚊の寿命は2-4週間程度です。ですので、蚊がわく場所をなくすことができれば流行は抑えられるはずですが、しかし、蚊の卵は1年ぐらいは乾燥に耐えますので、成虫が撲滅されても蚊が全滅するわけではありませんが、蚊の発生源を減らすことが蚊そのものを減らす有効な手段であることは間違いありませんし、これが現在とれる有効な手段の一つであることも間違いありません。

シンガポール政府は係員を多数配置し、蚊の発生源をなくす努力をしています。具体的には蚊の発生源となるような水溜りがないか、探索し、見つけたら除去していています。

ここが、シンガポールらしいともいえると思いますが、行政まかせにせず、個人個人の努力も強く促しています。ネットはもちろん、新聞などメディアでも頻繁にデング熱対策の記事をのせ、具体的な対処法を示しています。デング熱の知識を広めるため、お子さんをデング熱の説明役とし、高齢者世帯に説明して回るなどの運動も展開しています。

デング熱の患者さんが発生した家庭には調査員が派遣され、デング熱の発生の原因となった水溜りがないかチェックされます（調査の場合、必ず、予め連絡があります。調査員を装った犯罪も報告されていますので注意が必要です。）

シンガポールではこうした水溜りを放置しますと罰金が科せられます。広報により知識も十分普及させたはずですから、デング熱になったのはそうした水溜りを放置した自己にも責任があるという考えや、皆で対策していくという意識を高めるといった考えが背景にあるのだらうと思います。

（ちなみにこうした国を挙げての対策の結果、翌 2006 年の患者発生数は 4 分の 1 以下となりました。）

しかし、その後、また、発生数が増えてきていますので、蚊の対策は難しいものです。

## 個人として行えること

行政が行えることにも限界があります。個人としてできることを行っていきましょう。

### #1.蚊の発生源をなくすこと

これが長期的に見て最も有効と思えます。そのための具体的な対処法として以下のようなことが広報されています。

1. 鉢植えの下の皿の水は 2 日に一度変える。
2. 植木鉢には殺虫剤をまいておく。
3. 数日以上家を空ける場合には排水口にふたをする。
4. バケツは伏せておく！バケツの縁にも注意！

5. 排水溝はもちろん、落ち葉の上などのほんの小さな水溜りも蚊の発生源となるので、掃除をよく行う。

\* この蚊は 20 階建てのビルぐらいの高さまでは上昇できるとされていますが、常識的に考えて階が上になるほど 蚊の数は少なくなると思われます。中には、偶然、人とともにエレベーターで上がってきたという場合もあるでしょう。上層階なのに蚊が多いという場合は、蚊の発生源となる場所がないかどうか入念にチェックしてみる（またはしてもらう）のもよいかもしれません。

## #2.蚊にさされない工夫をする

1. 冷房-----デングの蚊は、人の住居内、またはその近くに生息しています。主に日中に刺す蚊ですが、日の出あと及び日没前数時間が活発化するとされます。しかし、夜間でも照明があるところでは活動します。蚊は、人の体温、吐く息、汗腺からの分泌液などを感知して寄ってきます。この意味では窓を閉めて冷房をすることは一つの対策になるでしょう。

2. 肌の露出をさける

3. 可能な範囲で昆虫忌避剤をつかう。（DEET 入りが虫除けには良いが小児への使用は問題も多く、また、成人であって長期連用は好ましくないなので、使用は限定的にならざるを得ない。）

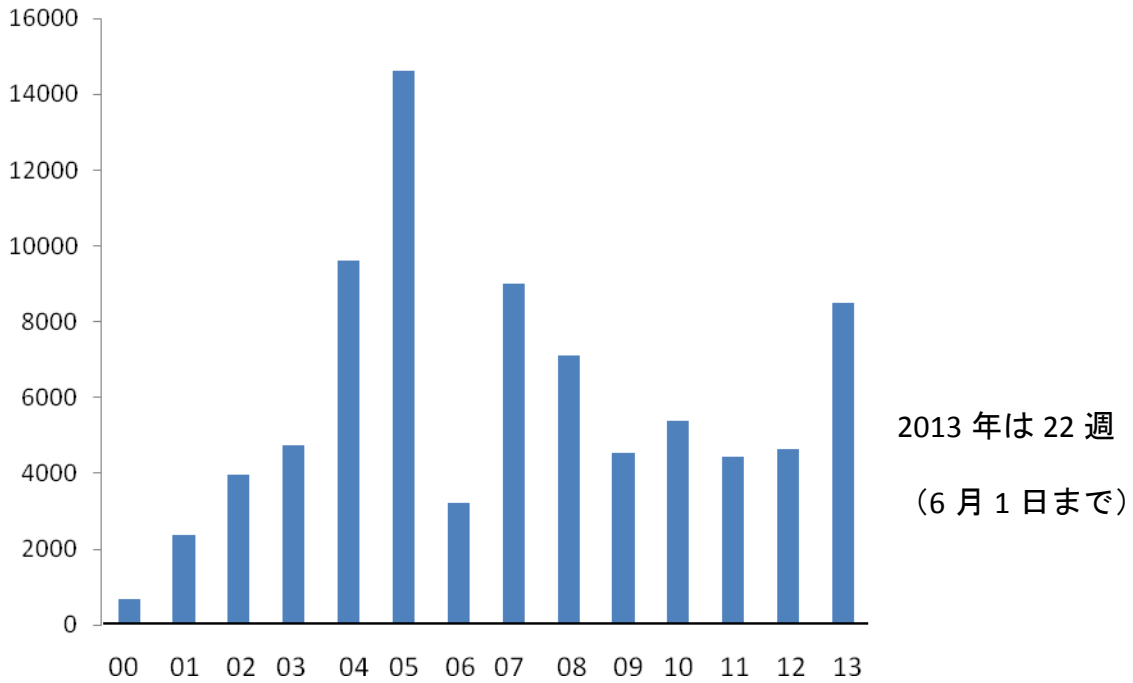
## 最後に

極少数ですが不幸な転帰をとる方もいらっしゃいます。6月7日には20歳の方が亡くなられたことが報道されました。

この病気に限らず、病気の対策に100%安全という方法は有りません。ただ、たとえ今年2万人の患者さんが出たとしてもそれは居住人口の0.3%に過ぎず、しかも患者さんのほとんどは、後遺症なく治るということも事実です。

御自身で無理なくできる対策を行うことで、自信を持って生活していきましょう。

デング熱、デング出血熱患者数年次推移



患者発生数週次推移

