

## この季節「感冒」が要注意ですよ！

皆さん、この季節良く耳にする言葉として「感冒」「流行性感冒」という症状を現す言葉がありますが正式にはどんな症状を指すのか、少し詳しく勉強してみましょう。

「感冒」とは、正式には「**かぜ症候群**」と呼ばれている病気で、鼻やのどに症状が現れる急性の炎症を言います。

かぜをひく**原因の大半は「ウイルス」**なのです。このウイルスが鼻やのどの粘膜に付着し、それが増殖すると、体の防御反応が生まれることで、かぜに伴う様々な症状が起こるのです。

「感冒」には、複数の原因となるウイルス、例えばインフルエンザウイルス、アデノウイルス、コロナウイルス、ノロウイルスなど様々な種類が存在しています。中でも「感冒」には**ライノウイルスやRSウイルスなどの複数の原因となるウイルスが存在**しており、一年を通じて非常に多くの人が感染する疾患です。

では、「なぜかぜをひくのか？」考えてみましょう。

もともと鼻やのどからなる呼吸器は、ウイルスに対して防機能が働くのですが、何らかの原因でこの防御機能が低下すると、そこを狙ってウイルスが暴れだし、かぜをひきやすくなるのです。

つまり、「**鼻や口からウイルスが侵入**」⇒「**ウイルスに感染し体内でウイルスが増殖**」⇒「**そのウイルスと戦うために免疫が活発化**」⇒「**鼻やのどに炎症反応が起こり症状が現れる**」という仕組みなのです。

**かぜをひきやすい条件は、疲れやストレス、栄養不足などで体力が落ちると、かぜをひきやすくなるのですが、なんといっても最大の条件は鼻やのどの粘膜の乾燥にあるのです。特にこの季節、空気が乾燥しやすくなり「感冒」が流行るのです。**

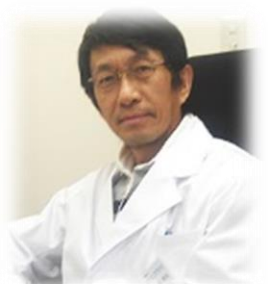
その予防は、まずウイルスの侵入を防ぐために「マスクの着用」「うがいの励行」「手洗いの励行」です。それに加えて免疫力を高めるために「十分な睡眠」「適度な運動」「バランスの良い食事」です。万一「感冒」に罹ってしまった場合、発熱などでエネルギーが消費されるので、それを補うためのエネルギー効率の良い糖質(ごはん、パン、麺など)を中心にした食事に心がけ、食欲の低下や消化機能が低下することが多いので、低脂肪で良質のたんぱく質を含んだ消化の良いものを摂りましょう。それと「脱水症状」に注意を払うことも大切です。



クリニック名古屋ちくさヒルズ  
林祐司 院長

特に「感冒」による「脱水症状」は、  
体液が不足する脱水症状を引き起こすことが良くありますから  
注意をしてください。私たちの体内の水分のバランスは1日に  
2,500mlの水分を摂取して、同量の水分を排出ことで体内の  
水分のバランスを保っています。このバランスが崩れることで水分が不足  
すると脱水症になるのです。体液はもちろん水だけではありません。  
電解質と言った物質が入っていますが、代表的なものは食塩です。  
その補給も必要ですが、摂りすぎには注意をしてください。  
食欲不振、発熱、発汗、下痢、嘔吐など脱水症と  
関連すると思われる症状がある場合  
**迷わず来院ください。**

# 今春の医療費改訂を取り巻く背景は



財団檜扇会 理事長  
林 衆治 先生

来年度(2026年度)4月の診療報酬改定については、物価・人件費が高騰する点を踏まえ、**2026年度2.41%、27年度3.77%の診療報酬本体引き上げ**を行う(2年度平均でプラス3.09%)ことがほぼ決定いたしました。

**薬価についてはマイナス0.86%、材料についてはマイナス0.01%の引き下げ**を行い、いわゆる「ネット」(本体ー薬価等)の改定率を機械的に算出すると**2.22%のプラス改定**となります。2%を超えるネット改定率の設定は32年ぶりとのことです。

そもそも医療費を中心にした社会保障制度は、国民の「安心」や生活の「安定」を支えるセーフティネットです。

「**社会保険**」は3つの社会保険(年金・医療・介護)から構成され、「**社会福祉**」は障害者、母子家庭など社会生活をする上で様々なハンディキャップを負っている国民が、そのハンディキャップを克服して、安心して社会生活を営めるような公的な支援を行う制度であり、「**公的扶助**」は「保健医療・公衆衛生」からなっており、子どもから子育て世代、お年寄りまで、全ての人々の生活を生涯にわたって支える制度です。これが**3つの社会保障制度**です。

この社会保障制度は多岐にわたり、国のみならず都道府県や市町村など、様々な主体がそれぞれに役割を担い、連携しながら実施している制度です。

平均寿命が伸長し、「**人生100年時代**」を迎える中、社会保障が果たす役割はますます大きくなっています。それに伴い、高齢化等の影響もあって、**一般歳出に占める社会保障関係費が急増**しており、令和7年度予算においては、なんと**国の一般歳出の約56%が社会保障関係費**となっています。

2000年度以降、平均すると毎年約7,800億円、年率約2%のペースで増加しており、**2040年度には約80兆円(対GDP比約10%)に達する**との推計も出ています。そんな中で、政権与党となった日本維新の会は、国民医療費を年間4兆円以上削減し、現役世代の社会保険料を1人あたり年間6万円引き下げることを公約として掲げています。

日本経済が新たなステージに移行しつつある中での物価・賃金の上昇、人口構造の変化や人口減少の中での人材確保、現役世代の負担の抑制努力の必要性、2040年頃を見据えた全ての地域・世代の患者が適切に医療を受けることが可能かつ医療従事者も持続可能な働き方を確保できる医療提供体制の構築、医療の高度化などによる安心・安全で質の高い医療の実現、社会保障制度の安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和が必要な時代になってきています。

厚生労働省は1月23日の中医協総会で「2026年度診療報酬改定に向けた個別の改定項目」として、**初再診料や入院基本料を引き上げる**案が示され、特に病院経営の苦しさに対応した措置で、**病院については診療所の初再診料と同じ点数を引き上げた上で、さらに機能に応じた引き上げ**を行うとともに、高度機能医療等を担う特定機能病院と急性期病院では一般入院基本料については「**急性期病院一般入院基本料**」と「**急性期病院精神病棟入院基本料**」を新設するとしています。いずれにしても病気になる医療機関で診てもらいますと患者さんの負担が増えることになりますが、これを最小限に防ぐには、不安を感じたら早い段階でかかりつけ医に診てもらおうことです。気になる症状が現れましたら是非早めに当クリニックをお尋ねください。

## 健康の知恵袋



OTC類似薬について「**薬剤費の4分の1**」を患者特別負担とする新たな仕組みが生まれそうです。薬局で買う薬と病医院で処方箋をもらって調剤薬局でもらう薬の価格差が大きいので大変ですね。

広報紙  
発行

「医療法人檜扇会クリニック通信」

医療法人財団檜扇会 クリニック名古屋ちくさヒルズ  
〒464-0858 名古屋市千種区千種2-24-2  
千種タワーヒルズ1F

ご意見はこちらまで [info@clinic-chikusahills.com](mailto:info@clinic-chikusahills.com)

編集・発行 医療法人財団檜扇会 クリニック名古屋ちくさヒルズ  
編集委員会(原稿責任者 川島和信)

発行日 毎月1日