

はじめに

HIV の治療は患者さんが、正しくお薬を内服することが最も重要です。通常、治療開始1~3ヶ月でウイルスが検出限界以下に抑えることができます。治療薬を飲み続けるには、治療に関する薬剤情報だけでなく、生活管理、医療制度、働き方、精神的なサポートなどへの正しい理解が必要です。この冊子では、当院のスタッフが分担して医療支援に必要な事をわかりやすくまとめました。治療がスムーズに行なわれるためには患者さんと私達の間信頼関係が何より大事だと思います。

この冊子の題名「ハートのーと」は Heart で HAART (ハートといいます:多剤併用療法のこと。現在は、ART:アートといいます)を行うという願いを込め、琉球大学病院の HIV 外来診療スタッフ全員で作成しました。この波動を感じ取っていただければ、幸いです。

目次

1. 外来受診について
2. カウンセリングについて
3. 医療費と社会資源
4. 病気について
5. 日常生活について
6. 治療（薬）について
7. 検査データ
8. HIV 関連ホームページ情報

- 1 外来受診について -

< HIV 診療 >

当院は沖縄県エイズ治療中核拠点病院であり、全診療科で患者さんの対応を行っています。

当院では、内科と総合診療センターで一般外来と同様に診療を行っており、個室を使用してプライバシーの保護に十分配慮しています。

初診時には、個室の面談室で問診や HIV 感染症に関する基礎知識などを説明し、その後、診察や検査などを行っていきます。

HIV 診療は、**週2日(火・木)**になっています。医師・看護師・薬剤師・ソーシャルワーカー・心理カウンセラーが対応できるよう体制を整えています。時間や曜日によってはすぐに対応できない場合もあります。

他科受診を希望する場合、主治医・専任看護師へご相談ください。

1-1 外来受診の流れ

受付：午前8時30分～

診察開始：9時

● 受付(予約がある場合)

- ① 再来受付機で「第一内科」を受付します。
- ② 受付票を受け取ったら内科外来もしくはは総合診療センターへファイルを提出してください。

* 予約外の場合には2番窓口で受付

● 診察・面談

診察室(個室)で担当医師が診察を行います。

診察前後で専任看護師が、病気や検査結果の説明、内服や生活状況の確認を行います。

● 検査

予定検査は診察前に行います。診察時に検査が追加で必要となる場合もあります。その際には説明・案内します。

● 会計

総合受付3番窓口にてファイルを提出します。

● 薬局

処方がある場合は会計後、薬局（院内・院外）
でお薬を受け取ります。

● 2回目以降や入院後初回外来受診の方（再診）

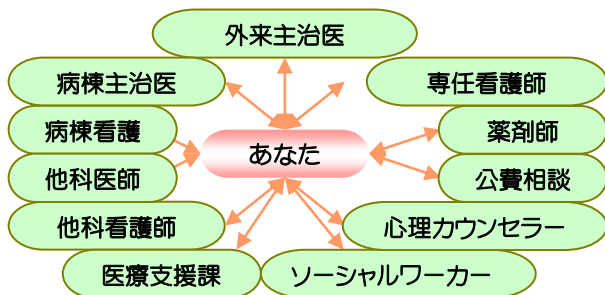
* 病気、今後の治療方針、日常生活での注意点や
必要な申請書類などパンフレットを使用して、再度
説明していきます。

● 予約外の場合

* 予約患者さんを優先としますので、診察までの待ち
時間が長くなることがあります。
緊急性など状態によっては先に診察をすること
もあります。

* 予約変更の連絡は、受診予定日の2日前午後2時～
午後4時の間に内科外来へご連絡ください。

1-2 患者さんへ関わる院内医療者



当院では、HIV陽性患者に関わる各分野に対して、専門職による医療チームで診療を行っています。このことにより、患者さんの多方面にわたる課題に、専門職による質の高い診療とサービスを行うことができます。個人情報保護は厳格に保ちます。



～主に関わってくる医療スタッフ～

＜主治医＞

診察や必要な検査を実施し、治療方針を決定します。

また、治療中は治療効果を確認し、最新の安全な医療の提供を行います。



＜専任看護師＞

病気や日常生活で気をつけることなどを説明し、受診時から支援体制作りをしていきます。

また、服薬支援や社会資源の情報提供など、相談窓口にもなり、必要時には各専門職への連携を行います。



＜薬剤師＞ 開始するお薬やその副作用、合わない薬やサプリメントなどに関して、説明を行います。
副作用時や飲み忘れ時の対処方法も説明します。



<ソーシャルワーカー>

安心して受診・治療継続出来るように、活用できる制度の説明や生活環境を整えるためのサポートをします。



<心理カウンセラー>

病気に伴う精神的な不安や悩みを持ちながらも、より良く生きていくために、患者さんご自身で正しい選択と解決ができるよう、カウンセラーはサポートしていきます。



<他、職種>

必要時には、その対応する職種へ連携を行い、問題が解決できるようサポートしていきます。



Q) 病院の中で関わる人たちは、全員自分の病気の
ことを知っているの？

A) 治療には、病気だけではなく精神的な問題、
経済的な問題を含めた全人格的なアプローチ
が必要です。生活や精神面が安定した状態で、
治療が上手く進むように、各専門家がよりの確
な対応を行うため、必要に応じて情報を共有し
ます。

他科受診時には病名提示することで、より正確
な診療・治療を受けることができます。

入院時も、その病棟スタッフは HIV 陽性に関して
は知ることになりますが、個人情報 は 厳格に
管理されますのでご安心下さい。



1-3 定期受診と検査について

自覚症状がなくても、定期的に受診し、検査を受ける必要があります。

① 現在の自分の健康状態を知るため

免疫の低下は自覚症状として現れないことが多く、検査の結果を見ないと分からないことがあります。

② 治療のタイミングを逃さないため

③ 抗 HIV 療法の効果のチェック

④ 抗 HIV 療法の副作用チェック

⑤ 悩みや困った事などの相談

⑥ 他科受診が必要な症状もあります。

その際にも、当科からの紹介を行うことでスムーズに受診が行えます。

⑦ 診察時は1人で診察室へお入り下さい。

予約日には受診しましょう。

Q) 転院は出来ますか？

A) 転院やセカンドオピニオンを希望される場合
県内および県外の希望される拠点病院にご紹介
します。主治医や専任看護師へご相談下さい。
これまでの治療経過とデータがある診療情報提供
書を持参することでスムーズに治療が継続できま
す。

転院希望をされる場合は、転院先の検討なども
ありますので、早めにご連絡下さい。

Q) 緊急時の受診はどうしたらいいですか？

A) HIV と関連のないと思われる風邪や外傷などは
近医を受診して下さい。判断がつかない時には
予約日を待たずに当院に連絡をして下さい。

夜間・休日・平日時間外は
救急部受診が可能です。



1-4 歯科受診について

HIV 感染者は口の中にカンジダ症や口内炎などを起こし、治療が必要となる場合があります。また、日々の口腔内ケアのために、歯科口腔外科の受診が必要となります。しかし、治療は出血を伴うことがあります、また、鎮痛剤や抗生剤などと抗 HIV 薬との組み合わせで注意を必要とするものがあります。そのため、掛かり付けの歯科医には「HIV 陽性」と伝え、診療をしてもらうことが原則となってきます。

2019 年度には、「住み慣れた地域での歯科治療や口腔内のケアを受けたい」と HIV 陽性者の希望に添い、歯科診療ネットワークが立ち上がりました。地域の歯科クリニックの受診を希望する場合には、主治医、専任看護師らに、ご相談下さい。



-2 カウンセリングについて-

カウンセリングとは

日常生活や治療を受けている中で、さまざまな思いが出てくるのは自然なことです。元気な時もあれば、不安を感じて一人で考え過ぎてしまったり、何となく気分が落ち込むこともあるかもしれません。「なかなか人には言えなくて…」と自分の中で思いを溜めこんでしまっていることもあるでしょう。そんなとき、その思いを言葉にすることで、こころやからだの緊張が和らぐことがあります。

こころの専門家であるカウンセラーを相手に、あなたの今の思い、感じていることをお話してみませんか？カウンセラーは、あなたに寄り添い、自己決定を促しながら、より良い生き方を見つけるためのお手伝いをします。

HIV 派遣カウンセラーとは？

当院のHIV診療は医師・看護師のほか、ソーシャルワーカー、薬剤師などの専門スタッフがチーム医療体制をとっています。チームには、こころの専門家であるカウンセラーもいます。心理社会的な専門教育やHIV感染症に関する研修を受けたカウンセラーが時間をかけてお話を伺います。

治療中のご本人の他にも、ご家族やパートナーがカウンセリングを利用することができます。

費用は無料です。時間は1回あたり60分以内が目安です。プライバシーは確実に守られます。

ご希望の際は、主治医や看護師にお声かけ下さい。



カウンセリング Q&A

Q)先生からカウンセリングをすすめられたけど、どこがおかしいところがあるのでしょうか？

A) 当院では、初めて受診される患者さんへ、チームの一員であるカウンセラーもできるだけお会いして、カウンセリングの紹介をしています。カウンセラーは、患者さんのこころの健康を保つ役割も担っています。患者さんご自身に悩みや問題がない場合でも、カウンセラーがお会いすることがあります。

また、治療途中の患者さんでも、主治医があなたとお話しする中で、もう少し時間をかけてじっくりとお話を伺いたいと感じる場合もあります。しかし、限られた診察時間の中では、じっくりとお話を伺うことが難しいことがあります。そこで、カウンセラーを相手にゆっくりとお話をするを主治医が患者さんへ勧める場合があります。

Q) どんなことを話せばいいの？

A) どんなことを話したらいいか、迷ったり困ることもあるかも知れません。カウンセリングでは、今いちばん気になること、話したいと思うことをご自由にお話下さい。「漠然としているけど…」という場合でも、カウンセラーと話をしながら整理していくことができます。

また、悩みがある時だけではなく、仕事や学業、恋愛や出産、今後の生活について、また、今までの自分を振り返りたい、見つめ直してみたいと思ったときもカウンセリングを利用してみて下さい。

Q) どのくらい続ければいいの？

A) 1回のみでも構いませんが、なるべく3回程度は継続してお会いし、その後、カウンセリングを続けるかどうかを患者さんと決めていきます。会う頻度は、そのときの状態や生活の都合を考えながら一緒に決めていくことができます。

* 「ぽーと・ぷらす」のご案内

「同じ立場の人と話がしてみたい」「他の人はこんなとき、どうしているのだろう」と思ったことはありませんか？

『参加者同士が、安心して聞いたり話したりできるような場』をテーマした少人数のグループミーティング、『ぽーと・ぷらす』が平成 22 年から 3 カ月に 1 回のペースで行われています。沖縄県の HIV 派遣カウンセラーが主催しており、参加者のプライバシーに配慮しながら、カウンセラーが進行役を務めます。

内容やお名前などの個人情報が漏れることは決してありませんので、安心してご参加ください。

興味を持たれた方は、カウンセラーまたは、診療スタッフにお尋ねください。

『ぽーと・ぷらす』の「ぽーと」は、port (港) であり、「戻ってくることのできる場所」という意味が込められています。そこでは、荷降ろしをしたり、エネルギーを補給したり、情報を積んだりして日常へ出向する場所です。

「ぷらす」には、「陽性」や「カウンセラーも加わっている」という意味合いがあります。



カウンセラーからのメッセージ

人は大変なことがあって落ち着かないとき、「ひとりになりたい」とか「こんな姿を誰にも見せたくない」と感じる場合があります。

それは何より私たちが「社会性」を備えているから、ほかなりません。特に日本人男性にその傾向が強いようです。日本文化には、「人前であまり感情をださない」ことがよしとされる面があります。

もちろん、大変な状況をひとりで抱えて乗り越えていくことも立派な対処法ですし、しばらくその事を考えないようにすることもあるでしょう。

ただ、あなたは転んでひざをすりむいたとき、傷口をそのままにしてひたすら我慢したでしょうか？

カウンセリングには、「こころ」の“傷口”を“消毒”するはたらきもあります。“消毒”するとき少し“傷口”に触れることになるため、“痛み”を感じることもありますが、安全な環境の中で“痛み”を表現することを自分自身に少し許してあげると、逆にあなたの中の「強さ」が見えてきて、結果的には、ひとりだけで対処するより、楽に悩むことができます。

カウンセラーに、あなたのそばに付いて「こころ」と向き合うお手伝いをさせてくださいませんか。

(この比喩は、福岡県臨床心理士会編(2005)「学校コミュニティへの緊急支援の手引き」金剛出版p49の表現をアレンジしたものです。)

3 自分らしい暮らしのために ～ソーシャルワーカー編～

ソーシャルワーカーは人々が自立・自律した社会生活ができるよう支援する専門職です。

診療チームの一員として、社会福祉制度などの情報提供以外に、衣食住のこと、仕事のこと、家族や大切な人のこと…様々な相談にのり、解決を共に考えます。

まずはお話をきかせて下さい。相談は無料です。

<相談の多いランキング>

- 1位 福祉制度利用
(利用したい・したくない)
- 2位 プライバシー
- 3位 仕事



一人じゃないよ。

3-1 HIV/AIDS の治療費について

1 年間の総医療費は 15～353 万円

HIV/AIDS 診療に要する 1 年間の総医療費は、(全額自己負担だったら)受診時の症状や免疫の状態によって、15～353 万円の幅があります。

(2019 年当院調べ) ※表 1 参照

治療や検査は、各種医療保険(保険証)が適用します。生活保護受給者も治療が受けられます。

それに加えて、公費負担医療制度を活用して、さらに負担軽減できるようになっていますので、次頁以降を参考にしてみてください。



(表 1)

月1回の受診を想定した、標準的な外来医療費の例

	全額自費	医療保険使用 (3割負担)
診察	5,550 円	1,665 円
CD4 数関連	1,940 円	582 円
HIV-RNA 量測定 (確認検査)	5,200 円	1,560 円
他、血液検査関連	7,790 円	2,337 円
<u>30日分の薬代</u> 例) デシコビ テビケイ	<u>小計</u> <u>219,120 円</u> 4007 円/1錠 3297 円/1錠	<u>小計</u> <u>65,736 円</u> 1202 円/1錠 989 円/1錠
合 計	239,600 円	71,880 円

薬価が高額なことがわかってと思います。抗ウィルス療法に対する公費負担医療制度、自立支援医療(更生医療)は 24 頁で紹介しています。

3-2 さまざまな社会保障制度

<医療（費）に関する保障>

3-2-1 医療保険

❖ HIV 感染症の診察・検査・治療は保険適用です。

（“保険証”が使えます）

※生活保護受給中の方は医療扶助

❖ 保険証には有効期限があり更新が必要なものや、退職や転職で別の保険に加入する時など、医療保険の空白期間をつくらないよう注意して下さい。

❖ 保険証を使う事で、「病名が第三者に漏れないか」と沢山の人が不安を抱きます。いかなる病名も知る必要のない第三者に漏れないように、法律や規則がありますが、診療報酬明細書（レセプト）の流れを理解すると、より納得がいくと思います。

3-2-2 限度額適用・標準負担額減額認定証 （高額療養費）

高額療養費制度とは、高額になった医療費が手続きで後から戻ってくる制度です。

限度額適用認定証をもっていると、後から戻る額は

差し引かれ、その人が負担すべき限度額まで支払う仕組みです。

HIV 感染症の治療には自立支援医療(更生医療)を利用する人が多く、認定証を申請しないケースもあります。更生医療を利用したくない人、更生医療が適用しない医療費対策として押さえておきたい制度です。

【70 才未満】

(表 2) あなたはどれに当てはまりますか？

区分と所得目安	法定自己負担限度額
ア 標準報酬月額 83 万円以上	252,600 円＋ (総医療費-842,000 円)×1%
イ 標準報酬月額 53～79 万円	167,400 円＋ (総医療費-558,000 円)×1%
ウ 標準報酬月額 28～50 万円	80,100 円＋ (総医療費-267,000 円)×1%
エ 標準報酬月額 26 万円以下	57,600 円
オ 非課税世帯等	35,400 円

- ❖ 区分“オ”は入院時の食事代の減額がある。
- ❖ 「前年の所得申告を済ませておく」、「保険税を納めておく」ことがとても重要です。
- ❖ 代理申請可能（代理人の身分証明、印鑑準備）
- ❖ 一ヶ月に 2 カ所の病院で高額な医療費を支払った、一年間に 4 回以上支払った、同世帯に認高額な医療費や介護サービス利用料を払った人が居るなどの場合は、保険者やソーシャルワーカーにご相談ください。
制度の細かな仕組みによって、あとから戻る可能性もあります。

【70 歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入している方】※65 歳以上で障害認定を受けている方も対象

- ◆70 歳以上で現役並み所得者（自己負担 3 割）の高額療養費上限額が変わりました。対象の方は限度額適用認定証を申請して下さい。目安は年収約 370～1,160 万円（課税所得 145～690 万未満）
- ◆住民税非課税世帯の方は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付が受けられます。

これをもっていると、入院した時に食事代が減額されます。

3-2-3 傷病手当金

～病気やけがで休業した時～

勤労者で健康保険の被保険者が（協会けんぽや組合保険など）、病気やけがのため休業しなければならない時の所得保障制度です。

- ❖ 国民健康保険には傷病手当金の制度がない。
- ❖ 支給額は、標準報酬月額の1日平均額の2/3
- ❖ 仕事を休んでいる間、給料の支払いが無いが、あっても手当より少ない金額であること。
- ❖ 3日連続休んでいることが条件。4日目から支給
- ❖ 受給期間は同一の病名で受給開始から1年6ヶ月間です。（注意:1年6ヶ月分ではない）
在職中の人は被保険者期間の要件なし。
- ❖ 被保険者期間が1年以上の人は、退職後も傷病手当金が支給できるので、退職の時期に気を付けてください。退職前に受給開始していること。

<その他公費負担医療制度>

3-2-4 自立支援医療（更生医療/育成医療）

【18才以上】▶更生医療

【18才未満】▶育成医療

※本編では「更生医療」と表現します。

日本では 1998 年(平成 10 年)から抗 HIV 療法や合併症の予防・治療が更生医療の対象となり、医療費の患者負担が軽減できるようになりました。

1.更生医療の申請

❖対象の治療:抗 HIV 療法、免疫調節療法、その他合併症の予防と治療

【対象外】 HIV/AIDS と関連がない治療や検査、入院中の食事代・病衣、歯科治療費

❖申請前の確認事項:

- ① 身体障害者手帳(免疫機能障害)をもっている。
※無い人は同時に申請
- ② 現在有効な保険証を持っている。または、生活保護受給中である。
- ③ 前年の所得申告を済ませている。
- ④ 申請の意思がある。これが大事！

2.申請に必要なもの:

- ① 医師意見書
- ② 身体障害者手帳写し ※同時申請の人以外
- ③ 保険証写し(同一保険の加入者全員分)
- ④ 個人番号(番号がわかればよい)
- ⑤ 前年の所得課税証明
※窓口申請の時
※転居した人は必ず取り寄せる
- ⑥ 認め印
- ⑦ 病院と院外薬局の名称、住所、電話番号
(医療機関と調剤薬局を各1ヶ所ずつ指定する)

3.申請場所:

住民登録している市町村の障害福祉担当課

制度の説明でよく『世帯の所得に応じた…』と書いてある“世帯”とは、住民票上の世帯員の場合と、同じ保険証に加入している人全員の所得を見るときがあります。

4.申請方法 3つ(国の特別な配慮)

	メリット	デメリット
窓口申請	手続きの基本形。最もシンプルで自分のペースで動ける。	役所で顔見知りの職員や、知り合いに会う可能性がある。
代理申請	窓口申請の次に早い。	代理人探し(リサーチワーカー以外で)、委任状の準備が必要
郵送申請	役場で顔見知りの人に会う心配がない。	申請書類を取り寄せる、封筒を準備するなどの手間がかかる。

❖申請から決定まで: 約1か月

その間の医療費は計算が一時保留となり、受給決定後(自己負担額決定後)、さかのぼって請求

❖受給決定後:

① 医療費の自己負担は1割になる。

更に、「重度かつ継続」の対象となり、世帯の所得に応じた一か月の自己負担上限額が設定

0円、2500円、5000円、1万円、2万円(2016年現在)

- ② 発行された受給者証の有効期限に注意。受け取り方法は窓口に行くか、病院に郵送依頼
- ③ 更生医療は毎年更新。遅れると無効になる。



＜受給者証見本＞
住所、保険証、医療機関、薬局を変更するときは自己申告が必要

＜社会福祉制度＞

3-2-5 身体障害者手帳

HIV 感染による免疫機能障害が
1998(H10)年から身体障害者
手帳の対象になりました。

等級は 1～4 級の 4 段階、

1 級が最重度だが、更生医療申請に等級は不問



1.申請に必要なもの:

- ① 指定医診断書
- ② 顔写真(タテ 4 cm×ヨコ 3 cm) 1～2 枚
- ③ 個人番号(番号がわかればよい)
- ④ 認め印

2.申請場所・申請方法:更生医療と同じ。

❖手帳交付後:

自立支援医療(更生医療/育成医療)や重度心身障害者医療費助成制度(1,2級)、税制面の優遇措置やバス・タクシー・ゆいレールなど公共交通機関の運賃割引などが利用出来ます。(等級や市町村によって利用対象が限られます)

❖身体障害者手帳の申請は義務ではありませんがHIV感染症の治療や検査を受ける方にとって申請するか否かは医療費にも影響します。

小さな疑問も納得のゆくまで話し合しましょう。

3-2-6 重度心身障害者医療費助成制度

❖沖縄県では、身体障害者手帳1、2級の方に対し、市町村が医療費の助成を行います。

❖所得制限もありますので注意して下さい。

❖対象の方は、市町村の障害福祉の窓口で申請をします。(身体障害者手帳、通帳、認印)

受給者証が発行された方は、毎月病院に提示して下さい。

琉大病院以外で発生した医療費(保険診療分)も
助成対象(歯科など)

<年金保険>

障害年金 ～現役世代の所得保障～

障害年金は20歳から納税する公的年金(国民年金、厚生年金など)の加入者が、病気やけがによって働けないか、労働が制限される場合の、いわゆる現役世代の所得保障制度です。まず、請求するためには以下の条件を満たしている必要があります。

- ❖ 病気の初診日から1年半以上経過している
 - ※心臓ペースメーカー植込みなど例外あり。
- ❖ 年金に加入し保険料を納め続けている(免除申請でもよい)
- ❖ 障害の状態(病態)が国の基準にあてはまる

障害年金は、身体障害者手帳と混同しがちです。等級基準は身体障害者手帳とは違うことを理解しておきましょう。また、制度そのものが複雑で、個別性が高いため、請求を希望される方と確認しながら

ら手続きを進めていきます。

市町村の国民年金課、年金事務所、社会保険労務士などの専門家への相談も可能です。

<公的扶助>

生活保護

生活保護は日本国憲法第 25 条(生存権)の理念に基づいて、生活に困窮するすべての国民に対し、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、最低生活を保障して自立を助けるための制度です。

制度には原則原理(基本的な決まり)があり、国が守るべきこと、保護を受ける人が守るべき等が定められています。

生活が本当に苦しくて、申請したいのに「まだ若いから」「借金があるから」「親きょうだいがいるから」「持ち家があるから」と思い込んだり、周囲から言われていませんか？

逆に、生活保護受給者で「保護を打ち切られるから仕事が出来ない」と誤解している方もいます。制度を正しく理解しましょう。

3-3 血友病患者さんの医療費助成制度 **特定疾病療養（とくていしっぺいりょうよう）**

高額の治療を長期間受ける必要がある方の医療費の上限を月額 1 万円にする制度です（上位所得者は 2 万円）。

血液凝固因子製剤を使用している血友病AおよびBの方、血液製剤投与に起因するHIV感染症の方（二次・三次感染を含む）、人工透析を必要とする慢性腎不全の方が対象です。

❖ 申請は各健康保険（保険証）の窓口です。

小児慢性特定疾患治療研究事業

原則は18歳未満で、厚生労働省が定める疾病の程度である児童に医療費を助成する制度です。血友病の方は、医療費の自己負担分と、食事療養費が無料になります。

申請は各市町村の保健所の窓口です。

先天性血液凝固因子障害等治療研究事業

20歳以上で先天性血液凝固因子障害の方の医療費を助成する制度です。医療費の自己負担分と、食事療養費が無料になります。

申請は原則各市町村の保健所窓口ですが、都道府県によって異なる場合があるので確認が必要です。

調査研究事業

血液製剤によるHIV感染者のAIDS発症予防に役立っているため、健康管理費用を支給し、報告された健康状態の情報をもとに、予防のための研究を行う事業です。

対象は血液製剤によるHIV感染者、二次・三次感染者のうち、AIDS発症していない方。日本赤十字社が製造した全血液製剤、血液成分製剤の投与を受けたことにより感染した方を含みます。

* CD4数が 200 個以下 → ¥52,330/月

* その他の対象者 → ¥36,330/月

年に1回、対象者用健康状態報告書と日常報告書を提出することが必要です。

健康管理支援事業

血液製剤によりAIDS発症者に対する健康管理手当の支給制度です。

対象者は血液凝固因子製剤の投与によるHIV感染者、二次・三次感染者のうち、AIDS発症している。また、平成8年(1996年)3月 29 日付の東京地方裁判所、もしくは大阪地方裁判所における和解、またはこれらに相当する裁判上の和解が成立している方。

* 給付 ¥150,000/月
年に1回、現況届けを提出することが必要です。

調査研究事業・健康管理支援事業、両方の申請は、独立行政法人・医療品医療機械総合機構により所定の書類を取り寄せ、提出します。

申請は代理人に依頼することも出来ます。



3-4 仕事をする（就労・就労訓練）

ある調査*によると、HIV 陽性者の 78%が就労しており、その業種も多様です。陽性と知り動転した気持ちで「もう働けない(はず)」と即決せず、一度立ち止まって下さい。一緒に考えましょう。

*Futures Japan HIV 陽性者のためのウェブ調査

❖仕事する≠HIV 感染を伝える

職場の人に陽性であることを伝えるメリット・デメリット、伝える相手・伝えない相手、どこまで伝えるか…等などを一緒に相談しましょう。あなたらしい仕事、あなたらしい働き方が見つかることを願って。

❖あなたに合った就活を。

一般採用	自分で求人情報を検索 訓練給付を受けながら資格取得 をめざす人も。
障がい者採用	障がい者雇用率制度に基づいた 障害者手帳(身体・療育・精神)を もっている人の採用枠 ハローワーク専門援助部門で専任の 職員とマンツーマンで相談
就労訓練 (障害者総合支 援法)	就労移行訓練、就労継続支援 (A型・B型)があります。

生活保護受給者のための就労支援	就労支援の相談員が関わり、相談や訓練、職場体験などひとりひとりにあった方法で少しでも自立した暮らしを目指す。
その他、就労を目指す方の相談窓口	<ul style="list-style-type: none"> ▶グッドジョブセンターおきなわ 仕事・暮らしのワンストップ相談 ▶沖縄障害者職業センター 職業準備の相談、適正相談 ▶国立障害者リハビリテーションセンター

障がい者雇用率とは…

50人以上の一般企業の事業主に課せられた障がい者を雇用する義務

企業側は雇用率を達成するために、手帳をもっている有能な従業員を求めている、とも言えますよね。

あなたのスキルを売り込んで！



3-5 高齢者のサービス

3-5-1 介護保険サービス▶要介護認定を受ける

【対象者】介護サービスが必要と思われる人

65 歳以上（1号被保険者）

40～64 歳（2号被保険者）

※2号被保険者は16の疾病に該当していること。

脳血管疾患、糖尿病性神経障害など

要支援1～2、要介護1～5に認定されると、介護保険サービスが1割負担で利用できます。

- ❖ 住まい…有料老人ホーム、特別養護老人ホームなど
- ❖ 訪問系サービス…訪問介護、訪問看護など
- ❖ 通所系サービス…デイケア、ショートステイなど
- ❖ 福祉腰部の購入や貸与…シャワーチェアの購入や車いすのレンタル等 ※要介護度で異なる
- ❖ 住宅改修…手すりの取り付け、段差改修など

3-5-2 介護保険サービス以外

配食サービス、ヘルパーの派遣、緊急通知システムの設置など

<相談事例>

Q) 病院で保険証を使うと病名が職場に漏れませんか？

A) 診療報酬請求の仕組みを知ってみる。

保険証を使って診療を受けると、医療機関は受診者のレセプト(診療報酬明細書)に医療行為の一つ一つを明記して保険者(健康保険の運営者)に請求を行います。レセプトに、あなたの氏名や診断名が記載されています。(HIV 感染症、後天性免疫不全症候群など)

従って、診療報酬明細書の一連の流れを理解すると、漠然とした不安が払しょくできると思います。

* * * * *

レセプトは、先ず医療機関の請求が妥当か、不正が無いかをチェックする専門組織を経由して保険者に送られます。職場の上司や総務のような部署には送られません。

一方、組合管掌保険(大企業)や共済組合保険(公務員)の場合は、所属企業や団体が運営しているので、団体の保険担当はレセプトを再度チェック

する任務があるようです。

多くの場合、レセプト担当と受診者は勤務場所が物理的に離れている上に、個人情報を厳格に守る義務や罰則もあるので、担当者から職場に報告されることは、絶対にあってはなりませんし、本院の患者さんについては情報漏洩の報告はありません。しかしながら、当院の経験では、少人数の事業所でレセプト担当者と受診者の物理的距離が近いケースがありました。(最初、気まずさはありましたが、個人情報はしっかりと守られました)

まとめると、

- ① レセプト取り扱い者から病名を職場に報告する仕組みはない。
- ② 組合保険の加入者で小規模な事業所に勤務の方はレセプト担当者が近距離で働いている可能性が(わずかに)ある。

Q)年に1回送られてくる「医療費のお知らせ」で病名が他者に知られませんか？

A)医療費通知に病名は記載されません。

健康保険の医療費通知に記載されているのは、特定の月の診療年月、医療機関や薬局名、医療費の額などです。職場には封をされた状態で各個人に送付されます。

協会けんぽの加入者は、通知の送付を断ることが出来ます。加入の支部へご連絡を。



- 4 病気について -

4-1 HIV とは

- HIV とは「ヒト免疫不全ウイルス」というヒトにエイズを引き起こす**ウイルスのこと**です。
- HIV がヒトの血液の中に入ると免疫の中心であるCD4 陽性リンパ球(ヘルパーT細胞)に感染し、体の免疫力が破壊され、病気に罹りやすい、治りにくい状態を作ってしまいます。

4-2 エイズ (AIDS) とは

- エイズとは「**後天性免疫不全症候群**」という HIV に感染する事によって起こる**病気の名前**です。
- HIV に感染し、自覚症状のない無症候期が数年から10年以上続き、さらに進行すると、抵抗力が低下し、今まで自分の力で抑えることが出来ていた病気(日和見感染症)を発症してしまいます。
- エイズ診断基準にある23の合併症(日和見感染症のこと)のいずれかを発症した場合にエイズ発症となります。

HIV 感染症 ≠ AIDS

「HIV に罹った」から、「エイズ」と、
思う人もいるかもしれません。

しかし、検査をして自分自身の免疫
(CD4 数)やウイルス量などがどの
状態にあるのか、確認をしていく
必要があります。

「HIV 陽性」と告知を受けて、不安も
あると思いますが、自分自身と付き
合うもののひとつとして、疑問な
ことなどは、医師や看護師らに、
聞いていくことが大切です。



4-3 CD4陽性リンパ球とは

- 白血球の種類のひとつで、細菌やウイルスを攻撃する司令官として免疫全体を調整しています。
- CD4陽性リンパ球の数は免疫状態を示しています。
 - * 免疫とは、身体に入った細菌やウイルスなどを排除して、身体を健康に保つ働きのこと
- 感染していない時には、CD4陽性リンパ球の数は、**血液 1 μ ℓ中700~1200cell/ μ ℓ**です。
- CD4陽性リンパ球に HIV が感染すると、内部でウイルスが複製され、CD4陽性リンパ球が壊れ、その数が減ります。
- その時点のCD4陽性リンパ球数が免疫力の程度を示し、病気の程度（進行）を把握する指標となります。

4-4 ウイルス量 (HIV-RNA 量) とは

- HIV 陽性者が持っているウイルスの数のこと。
- ウイルス量は、病気の進行速度を示します。
これから病気がどのように進行するか、ある程度わかり、ウイルス量が多いと病気の進むスピードも速くなります。
- 治療開始の検討や内服中の抗 HIV 薬の効果を知ることが出来ます。
- HIV の治療では、ウイルス量を検出高感度未満に保つことが目標です。
- 抗 HIV 薬による治療が開始となったら、ウイルス量の増減も注意してみてください。

【当院の採血結果の表示】

例-1) 検出せず

例-2) $< 2.0 \times 10^1$ コピー/ml 未満

例-3) 2.8×10^5 : 280,000 コピー/ml

4-5 感染経路

感染経路は3つあります。

● 性行為(SEX)

最も多い感染経路です。

HIV は主に血液や精液、膣分泌物に多く含まれています。HIV は感染者の血液・精液・膣分泌物から、その性行為相手の性器や肛門、口などの粘膜や傷がある皮膚を通して感染する可能性があります。

● 母子感染

母親がHIVに感染している場合、妊娠中や出産時に赤ちゃんに感染することがあります。母乳でも感染する可能性があります。

母親が抗HIV薬を内服することや母乳を与えないことで赤ちゃんへの感染は1~2%に抑えることが出来ます。

● 注射器や注射針の使い回し・針刺し

ウイルスが含まれている注射器や注射針を使用し麻薬などの回し打ちをすると感染の可能性があります。



こんな事ではうつりません！！

- ★ 汗・涙・咳・くしゃみなどの飛沫
- ★ 握手や電車のつり革、階段の手すり
- ★ 共同浴槽、トイレ、シャワーなど
- ★ 食事やカラオケなど
- ★ ジュースのまわし飲み、お箸の共用など
- ★ パソコンやデスクの使用
- ★ 蚊



日常生活では感染しないのです。

4-6 感染後の経過

HIV 感染症の経過は未治療の場合、3期に分けられます。(次ページの HIV 感染症の経過を参照)

● 感染初期(急性期)

感染して2~4週間後に(個人差があります) 発熱や頭痛、リンパ節が腫れる、喉が痛いなど、症状を発症することがあります。しかし、これらの症状はインフルエンザや通常の風邪と何ら変わりませんので、区別がつきにくいこともあります。数週間で完治することもあれば、長期間持続する場合もあります。この時期は、ウイルス量が急激に増え、CD4陽性リンパ球が減少します。

● 無症候期

症状が消失したあともウイルスは増え続けて、CD4陽性リンパ球はほとんどの陽性者で減少し続けています(個人差があります)。しかし、免疫の反応によって感染して約6ヶ月後にはウイルス量がある一定の量で保たれるようになります。

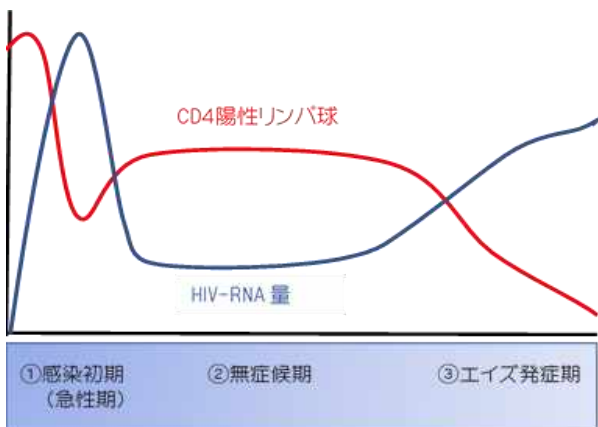
この時期は、数年~10年ほどと言われています。

● エイズ発症期

無症候期を過ぎ、免疫反応とウイルスのバランスが崩れ、発熱や倦怠感、リンパ節が腫れるなど症状が出てきます。ウイルス量が増加、CD4陽性リンパ球が減少していきます。そうすると、免疫不全状態となりエイズを発症します。

CD4陽性リンパ球数が $200\text{cell}/\mu\text{l}$ 以下になるとニューモシチス肺炎や食道カンジダ症などの日和見感染症を発症しやすくなります。

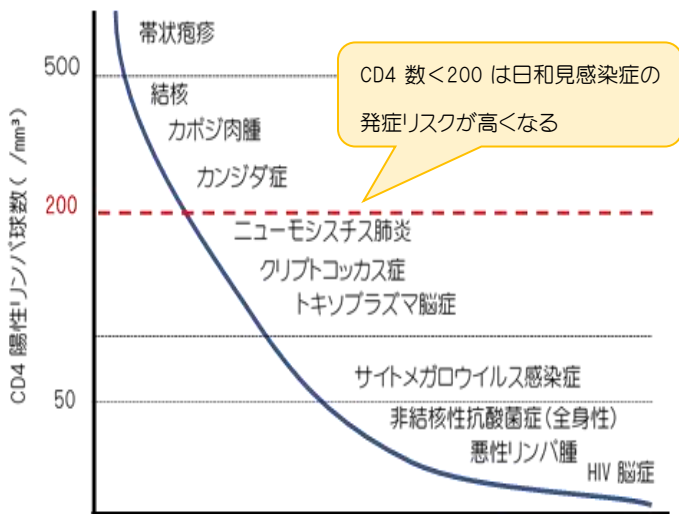
【HIV感染症の経過】



4-7 日和見感染症とは？

抵抗力が低下してくると健康な状態では病気の原因とならないようなカビ、ウイルス、原虫などの病原体に勝てなくなり、いろいろな感染症を起こしやすくなります。これを日和見感染症といいます。

CD4陽性リンパ球が $200\text{cell}/\mu\text{l}$ を切ると日和見感染症を発症しやすくなります。



【23の日和見感染症】

エイズ発症とは、23の指定された日和見感染症のいずれかを発症してからを言います。

- ガンジダ症（食道、気管、気管支、肺）
- クリプトコッカス症（肺以外）
- ニューモシスチス肺炎
- コクシジオイデス症
- ヒストプラズマ症
- クリプトスポリジウム症
(1ヵ月以上続く下痢を伴ったもの)
- トキソプラズマ脳症（生後1ヵ月以後）
- イソスポラ症
- 非結核性抗酸菌症
(1.全身に播種したもの 2.肺、皮膚、頸部、肺門リンパ節以外の部位に起こったもの)
- 化膿性細菌感染症
- 活動性結核（肺結核又は肺外結核）
- 再発性サルモネラ菌血症
- サイトメガロウイルス感染症
(生後1ヵ月以後で肝、脾、リンパ節以外)

- 単純ヘルペスウイルス感染症
(1. 1 ヶ月以上持続する粘膜、2. 皮膚の潰瘍を形成するもの、生後 1 ヶ月以後で気管支炎、肺炎、食道炎を併発するもの)
- 進行性多巣性白質脳症
- カポジ肉腫
- 原発性脳リンパ腫
- 非ホジキンリンパ腫
- 浸潤性子宮頸癌
- 反復性肺炎
- リンパ性間質性肺炎/肺リンパ過形成:
LIP/PLH complex (13 歳未満)
- HIV 脳症 (痴呆又は亜急性脳炎)
- HIV 消耗性症候群 (全身衰弱又はスリム病)



病気について Q&A

Q) HIV に感染すると全員がエイズになるの？

A) 発症までの期間はかなりの個人差があります。

無症候期を上手くコントロールし、適した時期に抗 HIV 療法を開始することで、HIV 感染症の予後を左右してきます。抗 HIV 療法が行われていない場合には、ウイルス量が増加し、徐々に CD4陽性リンパ球の数が減っていくため、いずれはエイズを発症する可能性が高くなります。

しかし、仮に発症しても、日々治療が進歩しているため、適した時期に治療開始し、継続することで、社会復帰する方も増えています。

Q) HIV に感染しても仕事は続けられますか？

A) もちろん仕事は続けることができます。

上手く病気のコントロールをしていくことで仕事をしながら日常生活を送ることが出来ます。病気があるからと、突発的に仕事を辞めず、今後のことも考えながら決めていきましょう。

～HIV と関連のある性感染症～

★ 1-1) 肝炎ウイルス

肝炎ウイルスで代表的なのはB型肝炎ウイルス(HBV)、C型肝炎ウイルス(HCV)があります。

これらの肝炎ウイルスは無治療で経過すると肝硬変へ進行し、黄疸や腹水、感染症、静脈瘤から出血で、命を落とす場合、また肝臓癌も高率に合併し予後不良となります。

近年、HIV と肝炎ウイルスの合併感染が問題となっています。

特に血友病患者が血液製剤で HIV と同時に HCV に感染した場合や母子感染例もありますが、HBV の多くは不特定な性的接触で HIV と同時に感染した場合、問題となってきます。HIV と HCV の場合には HCV 単独感染に比べて急速に肝硬変・肝臓癌へ進行します。従来成人後の HBV (日本に多いタイプ) 感染は一過性の肝炎のみの場合が多かったのですが、HIV と同時に感染する HBV (外国由来のタイプが多い) は長期的に持続感染し肝硬変・肝臓癌のリスクが増大することが明確になっています。

これらの肝炎ウイルスに対する治療を行う際、HIV に対する治療薬との相互作用の関係で副作用が強くなるまた、薬の効果が低下する場合、耐性ウイルスの出現などが原因で十分な治療ができないこともあります。しかし、早期に発見できれば治療法の選択枝も多く、より十分な治療が可能です。

HBV、HCV 以外に A 型肝炎 (HAV) もあります。HAV 感染者の便中に排泄された水や食品を介して経口感染します。また性行為 (オーラル、アナルセックス) で便を介した経口感染が起きます。発熱や全身倦怠感、食欲不振などの症状があり、重症化することがあります。

1-2) 肝炎ワクチン接種

HAV、HBV はワクチンによって予防が可能です。医療機関でワクチン接種 (接種回数あり) が可能ですので、医師や看護師へ、まずはご相談ください。

★ 肛門に生じる病気

肛門に生じる病気としては痔核(いわゆるいぼ痔)、裂肛(いわゆる切れ痔)といったものが有名ですが、HIV 陽性の方にはアナルセックス(肛門性交)をすることによって、性行為感染症としてのいぼ(尖圭コンジローマ)や肛門癌が生じることがあります。

ヒトパピローマウイルスの感染によっていぼができますが、ウイルスのタイプによっては、いぼが癌化することがあります。



排便時に肛門の違和感や痛みを感じる場合、いぼなどの異常に気づいた場合には恥ずかしがらず主治医や専任看護師に申し出てください。該当する診療科へ紹介することにより、適した治療を行うことが出来ます。

また、これらは自覚症状に乏しく自分ではその存在に気づいていない場合もありますので、鏡などを使って定期的に肛門の観察を行うのも良いでしょう。

パピローマウイルスが陰茎に感染した場合には、陰茎のいぼや陰茎癌を生じる可能性があるため、

コンドームを使用しセーフアセックスを行うように心がけるのも大切です。

★ 梅毒

原因:トシポネマ・パリダムという細菌が感染して発症します。

感染経路:性行為によって粘膜を介して感染します。

皮膚に傷がある場合にはそこに接触するだけで感染することもあります。コンドーム無しのオーラルセックスでも感染します。

潜伏期間:感染から2～3週間で、最初の症状が出現します。

症状:第1期から第3期と段階的に症状が進行します。
ただし、初期には自覚症状が軽微あるいは自覚症状がない場合もあり、注意が必要です。

最近では、脳にいきなり感染する**神経梅毒**が問題となっています。診断が難しいため、多くの患者が見逃されていると推定されます。進行すると意識障害をきたします。治療は注射剤のみが有効であるため入院が必要となります。

(第1期) 紅い硬結が、病原体の侵入部位にできます。

性器や口、肛門に認められ痛みはありません。

(第2期) 胸、背中、手足の皮膚に斑点ができます。

脚のつけねや脇のした、
首などリンパ節が腫れます。

発熱、咽頭痛、全身倦怠感
などがみられます。



やがて、こうした症状は消失しますが病気が治つた事ではありません。

(第3期) 皮膚や内臓にゴム腫という塊りができます。

関節や手足の感覚が喪われます。心臓、血管が冒されて心不全、循環不全に陥ります。脳・脊髄に病変ができ、麻痺や痴呆になります。

☆**新生児への影響**: 妊婦が感染していると、胎盤を通して胎児に感染します。

診断: ①症状がある場合、患部から検体を取って調べます。

②採血で、トリポネマ・パリダムに対する抗体を調べます。

治療:抗生物質にて治療します。長期間の治療になります。自己中断すると完治できず、再発します。

注意点:免疫ができないので、一度感染した人も再感染するので十分注意が必要です。また HIV 陽性者に梅毒が感染すると、神経梅毒(脳に梅毒が感染する)になりやすいので特に注意が必要です。

第3期に至った場合の機能障害は治りませんので、早期に治療をしっかりと行う事が大事です。

肝炎や梅毒、尖圭コンジローマ以外にも、性感染症は 10 種類以上あります。

「HIV に感染したから、他の性感染症には罹らない」ではありません。

症状が出ない性感染症もあり、また治りが悪い性感染症もありますので、何か気になることがあれば、早めに医師や看護師へご相談ください。

感染を防ぐための具体的な方法は？

● 性行為(セックス)

HIV や梅毒などの性感染症は、はコンドームなしの性行為で感染します。オーラスセックス(口での性行為)でも、性感染症に感染します。

相手への二次感染予防、また他の性感染症から自分自身を守るために、正しいコンドームの使用、セーファーセックスを行うことが大切です。

コンドームを使わない性行為や、粘膜や傷のある皮膚に血液や体液が接触したときには、梅毒やクラミジア感染症などの性感染症にも感染する可能性があります。また、新たに HIV に感染し、抗 HIV 薬に対する耐性ウイルスをもらい、薬が効かないという問題も出てきます。それらを防ぐ為にはセーファーセックスが大切です。

正しいコンドームの使用で、二次感染予防をしましょう。

(使用方法は、次のページを参照)

<コンドームの使い方>

- ① 爪などで傷付けない様に袋から取り出す。
- ② 最初に包皮を根元まで下げ亀頭をきちんと露出。
- ③ 精液だめをつまんで空気を抜く

(注意!!)

空気抜きを忘れると破れる原因になります。

- ① 裏表を確認してコンドームをペニスへ。
- ② 爪などで傷付けないように根元までかぶせる。
このとき余っている包皮にはかぶせないこと。
- ③ 一度、コンドームごと上に包皮を引っ張り上げ余っている包皮にもかぶせる。
- ④ 射精後は途中で外れないように端を押さえて取り出す。ひと結びしてゴミ箱へ。

潤滑剤も薬局などでは販売しています。

大きさなどタイプもいろいろ販売されています。

自分に合ったコンドーム選びも
しましょう☆



● 献血・臓器提供

感染者が提供した血液や臓器を非感染者が輸血・移植することにより非感染者が感染します。献血や臓器移植はやめましょう。



● 注射器や針の使いまわし、針刺し

感染者の使用した注射器や注射針を共用すると針についた血液を介して感染する可能性があります。医療施設の注射器具は1回きりの使い捨てになっているので安全です。

自宅などで治療上、針を使用する場合には、他の方が直接接触らないように、フタ付きで針が突き破らない様な容器に破棄しましょう。

● 母子感染

母親から子どもに病気がうつる母子感染には下記の3つの感染経路があります。

- ①胎盤感染:へその緒を通して母親のウイルスが赤ちゃんに入ることを言います。確率は10~30%といわれています。
- ②産道感染:産道を通る時に産道が出血し、その血液が赤ちゃんの粘膜に入り感染することを言います。これを防ぐために帝王切開を行います。
- ③母乳感染:母乳を与える事で赤ちゃんに感染することをいい、感染を防ぐためには母乳を与えないようにします。

妊娠中から母子感染予防対策！

- * すべての HIV 陽性妊婦は、妊娠第1期も含め、可能なかぎり早期に治療開始
 - * 予定帝王切開
 - * 分娩時には抗 HIV 薬の点滴
- 【出生後】
- * 断乳
 - * 赤ちゃんに抗 HIV 薬を6週間飲ませる



HIV に感染しても妊娠できる!!

妊娠や出産は可能です。

しかし、相手や生まれてくる赤ちゃんがHIVに感染しないように、人工授精、妊娠中も継続可能な抗HIV薬の選択、予定帝王切開など、医療スタッフとも相談して、計画を立てる必要が出てきます。

適切な治療と母子感染予防対策を行えば、赤ちゃんへの感染率を0.5%以下に抑えられるようになってきました。

妊娠や出産については、お二人の間で慎重に考えて、お互いの意思を確認しあい十分に準備が整った状態になってから行動に移すことが大切です。

当院では、産婦人科や他院と連携を取り、拳児希望の方への支援も行っていますので、

主治医や看護師へ

ご相談下さい。



もし、あなたのパートナーが 検査を受けたいときは？

HIV抗体検査は、
感染の可能性があった時から
2ヶ月以上あとに、
正確な結果が得られます。



当院でもHIV抗体検査を受検することが可能です。
主治医や看護師へご相談下さい。

病院での検査代金は一般的に 5000 円～2 万円前後
です。

県内各保健所でも受け付けており、当日に検査結果
をお伝えできる迅速検査や夜間検査が開始されてい
ます。相談者や相談された内容についての秘密は
完全に守られ検査は匿名・無料で受けられます。

保健所の検査の案内もしています。ご相談下さい。

通常の検査結果報告は1週間後です。

- 5 日常生活について -

5-1 食事

- ◆ 生活のリズムをつけバランスのよい食事を心がけましょう。
- ◆ 無農薬野菜は流水でよく洗い加熱調理し、生水を煮沸し飲むようにしましょう。
- ◆ 新鮮なものを取りましょう。
CD4陽性リンパ球の値やその時の状況に応じて、刺身や卵などの生の食べ物を制限することもあります。



5-2 洗濯物

血液や体液がついた衣類、シーツ類は塩素系漂白剤（ハイターなど）に30分以上浸したあと、普通に洗濯します。



そのほかの洗濯物は普通に洗濯しても構いません。家族の物と分ける必要もありません。

5-3 かみそりや歯ブラシ

かみそりや歯ブラシには、知らぬ間に血液が付いている場合があります。

他の方のかみそりや歯ブラシを使用することで、陽性者自身が新たな感染症にかかる可能性もあります。衛生上も考え、個人使用にしましょう。

お子さんや同居者が間違っても使用しないように、区別できるように管理することが大切です。

5-4 生理

生理中の血液から感染する可能性がありますので、衛生管理のため、ナプキンは小さくまとめ、ビニールに入れる、またはティッシュに包んで捨てるようにしましょう。

5-5 個人衛生

HIV に感染していると、免疫力が低下し健康な状態では病気の原因にならないようなカビやウイルス、原虫などの病原体に勝てなくなり、日和見感染の状態を発症します。

★体調の変化に注意しましょう。

- ◆ 発熱、頭痛、体熱感、寒気などの症状がある時は、熱を測りましょう。
- ◆ 舌が白い、口の中がしみる、のみ込みにくい。
ハミガキ時など舌が白っぽくないか鏡でチェックしましょう。
- ◆ 息切れ、呼吸困難
- ◆ 皮膚や陰部の痛み、水疱
- ◆ 視力低下、見えづらい
- ◆ 痔が出来た



などの症状が出た時は、早めに医師・看護師に報告、相談しましょう。

★日常生活においては、
次のことに注意しましょう。

〈個人衛生に気をつけましょう〉

- ① 手洗いをしましょう
- ② うがいをきちんとしましょう
- ③ 人込みを避けましょう
- ④ 人込みのなかに出るときはマスクを着用しましょう。



〈規則正しい生活をこころがけましょう〉

- ① 疲れないように、体調のすぐれない時は無理をせず、ゆっくり休みましょう。
- ② 体重の減少に注意しましょう。
- ③ 今まで行っていた趣味やスポーツなどを行い、ストレスをためないようにしましょう。

5-6 傷の手当

けがなどで出血したときには、できるだけ自分自身で手当てをしましょう。人に手当てをお願いするときは、ビニール製の手袋をつけて手当をしてもらいましょう。相手の手にキズがある場合は絆創膏などで覆ってもらっておきましょう。血液の付いたゴミ類はビニール袋に入れて捨てます。

けがなどで病院にかかった時は、
担当医にHIVに感染している
ことを知らせて下さい。



5-7 ペット

◆ ペットからいろいろな病気にかかることがあります。定期的に獣医に受診することやペットの予防接種をするなど、注意して飼育をするよう心掛けましょう。

例) クリプトコッカス症 ハト
トキソプラズマ症 ネコ



<×毛>



- 6 治療 (薬) -

6-1 治療の目的は？

血中ウイルス量を減らし

- ① HIV感染症の進行を遅らせる
- ② 免疫力を高め、日和見感染症を発症すること予防する
- ③ 生活の質を改善する
- ④ 他者への二次感染を予防する
- ⑤ HIV 関連疾患及び死亡を減らし、生存期間を延長させる

ことを目的としています。

6-2 治療開始時期は？

CD4 陽性リンパ球数に拘わらず、すべての HIV 感染者に ART の開始を推奨しています。

ただし、治療を受ける意思、医療費助成制度の活用への意思の確認や申請の準備、日和見感染症合併時の開始時期などの検討をすることがあります。

「治療の手引き」第 23 版より引用

6-3 薬の作用

2019年12月時点で、国内で使用可能なHIVの薬の種類は5系統 30種類あります。HIVの治療はこれらの5系統から2あるいは3種類以上の成分を含む薬を選んで服用します。30種類もあると沢山の組合せがあるように思えますが、同じ系統のお薬はウイルスを攻撃する仕組みが重なる部分も多く、組合せは数通りに限られています。

HIVの増殖を十分に阻止するため、増殖する過程の異なる時点で働く、数種の薬を組み合わせで服用します。また、複数の薬の成分が1錠中に含まれた合剤、1日1回1錠の製剤もあります。

(一覧を参照)

初回の治療が大切です!!

初回の治療を行う時には、通常はウイルス側が薬剤耐性を含まないため最も効果が高く、できるだけこの効果を持続するようにします。もし最初の薬剤にウイルスが耐性を持っていると、その系統の薬剤に共通に効きづらくなり、次にその系統の新しい薬を服用しても効果が落ちる危険性が高くなります。

薬剤耐性とは？

HIVは増殖スピードが速いため、不完全なウイルス(変異ウイルス)が生まれやすく、そのようなウイルスには薬剤が効きにくくなる(耐性といいます)事がわかっています。また薬剤耐性ウイルスはHIVの量が多い場合に多く認められます。そのため、初回の治療を確実にこなってHIVの量をできるだけ少なくすることが耐性化予防のため重要になります。不規則な薬の服用、中断はウイルス量を増加させるため、より耐性ウイルスを生み出す原因となります。また不適切な薬の服用はウイルスを抑えるのに不十分な薬剤濃度になり、これも薬剤耐性を招きます。

薬剤耐性検査とは？

欧米では、一度もHIVの治療薬を服用しないHIV感染者から薬剤耐性ウイルスが見つかる率が 10～20%と高くなっています。国内でも毎年、薬剤耐性ウイルスの検出率が増え2010年以降は8～9%を推移しています。これは、治療を不十分に行っている他の患者さんからのウイルス感染が原因です。現在 HIV の治療中で安定している人でも、他の人から自分とは異なる新しい耐性ウイルスをもらった場合に薬剤が効かなくなる可能性があるので注意が必要です。

出現する薬剤耐性ウイルスを調べることにより、どの薬剤に耐性があり、感受性を持っているのかを推測することができます。

当院では治療開始前に薬剤耐性ウイルスの有無を確認する検査を行います。また治療の途中でウイルス量が増加した場合に、この検査を行い早期に耐性ウイルスを見つけるようにしています。

6-4 内服開始前までに大切なこと

抗HIV薬は、ウイルスを抑え続けるために、飲み続けることが大切になってきます。

今まで、薬を飲んだことがない、短期間なら飲んだことがある、飲み始める・飲み続けるって想像もつかない、など、疑問などがたくさん出てくると思います。

飲み忘れないためにも、いつの時間が飲み続けることができるのか、自分自身の日常生活のスケジュールを確認してみましょう。抗HIV薬の内服を始める前には、薬剤師や看護師、サポートしてくれる方と一緒に飲む時間を考えるのも、継続内服へのひとつのいい手段となります。

また、医師・薬剤師、看護師から薬の説明をしっかりと受けましょう。



6-5 副作用について

薬には、副作用が何かしら伴ってくる場合があります。抗HIV薬を飲み始めて、約 10～14 日目で発疹や吐き気、下痢、頭が重たいなどが出てくる場合があります。

* 副作用出現時の対応

抗HIV薬は、副作用がでて、ウイルスを抑え続けるため薬を規則正しく続けて飲まなければならないなどの課題があります。

飲んでいる抗HIV薬によって出る症状が変わり、強く副作用が出る人もいれば全く出ない人もいます。副作用がきついつき、持続するときには、次回受診日を待たず、早目に受診しましょう。

飲んでいる薬を続けるか、ほかの対処方法など、医師たちと相談することが大切になってきます。

自己判断で中断せず、まずは主治医や薬剤師、看護師と相談しましょう。

6-6 もし飲み忘れてしまったら？

【万一飲み忘れてしまったら】

- ◆ 気付いた時に出来るだけ早く1回分だけ服用しましょう。次からスケジュール通りに服用しましょう。
- ◆ 飲み忘れに気がついたのがその日のうちなら、気がついたときに、その日の分を飲んで下さい。もし、飲み忘れに気がついたのが次の服薬時間に近い場合は、飲み忘れた分は服用せず、通常どおり服用して下さい。

【飲み忘れたときにやってはいけないこと】

- ◆ 飲み忘れたからと言って、2回分を1度に服用してはいけません。

時計や携帯でのアラーム設定することで飲み忘れを予防することが出来ます。



服薬を支援するためのアプリもあります。

6-7 薬の管理方法

① 決められた管理方法を！

ボトルによる管理が良いとされています。しかし、数回の持ち運びをする場合には、特に高温、多湿を避けることが望まれます。

② 外出、外泊、旅行時

- ◆ 持っていることを確認して出かけましょう。
- ◆ 必ず余分に薬を携帯して下さい。

③ 職場での内服

- ◆ 決められた時間にきちんと服用することが大切です。もし、工作中など服用できない事情がありましたら、時間設定をもう一度考えていきましょう。

内服時間の変更をする時にも
薬剤師や医師、看護師へ
相談してください。



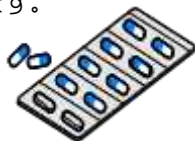
6-8 食事と薬の関連について

薬によっては、食べ物や飲み物に気をつけなければいけないこともあります。注意しましょう。

【エジュラント、レイアタツツなど】

胃酸によって吸収が良くなるため、「食中もしくは食直後内服」になります。

もしも、食事が取れないなら炭酸飲料や軽いものを摂取しましょう。



他にもあるので、開始・変更前には薬剤師に確認しましょう。

6-9 サプリメントなど

グレープフルーツジュース、セントジョーンズワートなどのハーブや、種々の市販のサプリメントとの同時摂取での相互作用があります。内服開始時には、サプリメントの摂取を控えてもらうことがあります。飲み合わせについても、薬剤師に確認が出来ます。

6-10 市販薬との関連（風邪薬や鎮痛剤）

- ◆ 病院の処方薬や市販薬には、抗HIV薬と一緒に飲んではいけない薬が含まれていることもあります。開始前には、薬剤師に相談しましょう。

6-11 嗜好品について

アルコールは薬の副作用を強める可能性があります。また、薬を飲んだかどうかの判断がつきにくくなる場合があります。多量の飲酒は控えましょう。

くすりに関してQ&A

Q)薬を飲んだあとに吐いてしまいました。

どうしたらいいですか？

A)吐いてしまった場合、薬の形状がそのまま残っている場合や飲んで30分以内は吸収されていない可能性があるため、再度飲みましょう。

次に飲む時間までに気分が戻ったら、飲むように、努力しましょう。

☆飲み始めた頃に吐気がおこりやすい薬がありますが、徐々に慣れてくることがあります。

☆吐気が強い場合は、主治医に相談しましょう。

Q)飲み忘れない方法は？

A)・飲む時間にアラームを鳴らす。

・薬箱にあらかじめセットしておく。

・カレンダーで服薬一覧表を作り、飲む薬を貼っておく。

・薬の袋に日付を記入しておく

・ピルケースを使用してみる

・錠数が多く飲み忘れる場合は1包化を希望する。



Q) 旅行中に薬が足りなくなったらどうする？

A) 出掛ける前に、予備分も準備し、十分確認することが大切です。

薬を処方して貰わなくてはいけないので、当院へご連絡ください。近くの拠点病院の案内をします。

Q) 車のダッシュボードに入れていました。まだ、飲めますか？

A) 日中、車内は特に高温になります。

薬によっては、熱に弱く中身が溶け出し、効果が落ちることがありますので、車の中での管理は避けましょう。

Q) 薬が溶けている感じがします。

A) 薬によっては、高温・多湿に弱い物もあり、管理に気をつけなくてはなりません。形状に変化があれば、使用しないようにして下さい。(例;カレトラ錠)

< X E >



薬 剤 一 覧

2019 年 12 月、わが国で承認されている薬剤です。商品名、用法・用量、食事への影響等を記載しています。詳しくは担当薬剤師にご相談下さい。

- 7. 検査データについて -

日常診療では、抗 HIV 療法の開始時期の検討や治療がうまくいっているかどうか、副作用が起きていないかを定期的に確認していく必要があります。そのため、受診毎に血液検査や尿検査をおこなっていきます。また生活習慣病（HIV に関連する場合もそうでない場合もあります）など、長期的な管理が必要な疾患のチェックも併せて行っています。

なお、この中でも、特に重要なのが CD4 陽性リンパ球数とウイルス量（HIV-RNA）です。前者は「免疫の状態」を、後者は「治療効果」を表しています。

次項より検査データの見方を載せています。普段からご自身の検査データを確認し、治療効果や健康状態を主治医と共に把握するよう心がけて下さい。

- 検査データの見方 -

分類	名称 (略語)	名称	検査値の意味するもの
血 算	WBC	白血球数	血液中を流れている細胞で、免疫に関係します。 リンパ球、CD4は白血球の一分画(種類)です。
	RBC	赤血球数	血液中を流れている細胞で、酸素の運搬を担います。
	HGB	ヘモ グロビン	赤血球中に含まれる鉄を含む色素です。 貧血は通常この値で判断します。
	PLT	血小板数	血液中を流れている細胞で、止血(血を止める作用)に関わりがあります。
	末梢 血像		白血球の分画(種類)ことで、リンパ球のほか、好中球、好酸球、好塩基球、単球などがあります。
	Ly	リンパ球	白血球の一種で、免疫を担う重要な細胞です。

分類	名称 (略語)	名称	検査値の意味するもの
H I V 関 連	CD4	CD4 陽性 リンパ球	リンパ球のうち、表面にCD4という蛋白質をもつものです。HIVはこのCD4を通して細胞内に侵入し増殖します。
	CD8	CD8 陽性 リンパ球	リンパ球のうち、表面にCD8という蛋白質をもつものです。
	HIV - RNA	ウイルス 量	血液 1ml 中に含まれる HIV の量です。ウイルスの数は「コピー」という単位(数)で表されます。
	ESR	血 沈	一定時間内に血液中の赤血球が沈む時間を測定します。高いほど炎症があることを示します。
免 疫 関 連	免疫 グロブリン		一般的には「抗体」とも呼ばれ、免疫に関係する蛋白質です。IgG、IgM、IgA、IgD、IgE などがあります。CD4 数と同じく免疫の状態を示します。
	CRP	C反応性 蛋白	体の中で炎症反応(微生物と免疫の戦い)が起こると肝臓で作られる蛋白質です。

分類	名称 (略語)	名称	検査値の意味するもの
肝機能	T-Bil	直接 ビリルビン	ヘモグロビンが肝臓で代謝されることで産生され、便中に排出されます。肝臓の障害があると上昇することがあります。高値の場合には黄疸がでる(目や全身が黄色くなる)ことがあります。 レイアタツツを内服することで、黄疸が出てくることがあります。
	AST (GOT)	AST	肝臓中に含まれる酵素の1つです。肝臓が障害を受けると上昇します。
	ALT (GPT)	ALT	肝臓中に含まれる酵素の1つです。肝臓が障害を受けると上昇します。
	ALP	アルカリ フォスファ ターゼ	肝臓や骨に存在する酵素です。肝臓や骨の異常で上昇します。
	γ -GTP	ガンマ GTP	アルコールによって誘導される肝臓の酵素です。アルコールによる肝臓障害などで上昇することがあります。

分類	名称 (略語)	名称	検査値の意味するもの
腎機能	BUN	尿素窒素	各種蛋白質の代謝産物(体に必要のない物質)で、腎臓の障害などがあると上昇します。
	CRE	クレアチン	筋肉中に含まれるクレアチンの代謝産物で、腎臓の障害などがあると上昇します。 ツルバダを内服することで上昇する場合があります。
	UA	尿酸	体内のプリン体の代謝産物で、上昇すると痛風発作や腎障害の原因となります。
生化学	TP	総蛋白	血液中の蛋白質の総量を表します。ALB や免疫グロブリンも含まれます。
	ALB	アルブミン	肝臓で作られる蛋白質で、肝機能や栄養状態の指標になります。

分類	名称 (略語)	名称	検査値の意味するもの
糖	GLU	血糖値	血液中の糖分の値。糖尿病では上昇します。食後は上昇するので空腹時に採血する必要があります。
	HBA1c	ヘモグロビン A1C	血液中の糖に結合したヘモグロビンで、1-2カ月の平均血糖値と相関があります。採血時の食事の影響は受けません。
	乳酸	乳酸	嫌気性代謝(無酸素運動)で産生されます。 HAART の副作用でまれに異常に上昇することがあります(乳酸アシドーシスといいます)。
その他	CPK	クレアチニン ホスホキナーゼ	筋肉中に含まれる酵素で、筋肉が障害を受けると上昇します。運動でも上昇するので、受診前日には激しい運動は避ける必要があります。
	AMY	アミラーゼ	膵臓から分泌される消化酵素で、膵臓の障害(膵炎など)があると上昇します。

分類	名称 (略語)	名称	検査値の意味するもの
電 解 質	Na	ナトリウム	血液中のイオンの1つです。塩分(塩化ナトリウム)を構成する成分です。
	K	カリウム	血液中のイオンの1つです。腎臓の機能が低下したり、薬物の副作用などで上昇することがあります。
	Cl	クロール	血液中のイオンの1つです。塩分(塩化ナトリウム)を構成する成分です。
脂 質	T-CHOL	総コレステロール	肝臓で合成される脂質です。悪玉コレステロール(LDL)や善玉コレステロール(HDL)などがあります。
	HDL-c		善玉コレステロールのことです。低いと心筋梗塞のリスクが高まります。
	LDL-c		悪玉コレステロールのことです。高いと心筋梗塞や動脈硬化の原因となります。
	TG	中性脂肪 (トリグリセライド)	肝臓で合成される脂質。食事の影響を受けやすいため空腹時に採血する必要があります。

<琉大病院の連絡先>

住 所 : 沖縄県西原町字上原 207 番地

電 話 : 098-895-3331(病院代表)

外 来 : 内科外来

病 棟 : 第一内科(10 階東)病棟

- ◆ 外来受診日の変更は、内科外来へ
月曜日～金曜日(休日外)の
午後 2 時～午後 4 時にご連絡して下さい。

<HIV関連ホームページ>

- 厚生労働省
[http:// https://www.mhlw.go.jp/index.html](http://https://www.mhlw.go.jp/index.html)
- エイズ予防財団
<https://www.jfap.or.jp/>
- 国立国際医療研究センター
エイズ治療・研究開発センター
<http://www.acc.ncgm.go.jp/>
- はばたき福祉事業団
<https://www.habatakifukushi.jp/>
- ふれいす東京(GAY Friends for AIDS)
<https://ptokyo.org/>
- Web NEST (HIV陽性者やパートナーの手記等が
掲載されています)
<https://ptokyo.org/nest>
- Futures Japan <https://futures-japan.jp/>
- エイズ予防情報ネット
(エイズに関する予防・啓発情報・NGO などの
情報提供)
<https://api-net.jfap.or.jp/>

発行日 2006年4月 第1版

2007年4月 第2版

2011年4月 第3版

2017年4月 第4版

2020年3月 第5版

発 行 琉球大学医学部附属病院

HIV診療子一△