

身近な動物由来感染症

～その11：カプノサイトファーガ感染症～

◆カプノサイトファーガ感染症とは？

カプノサイトファーガ感染症は、犬・猫の口腔内に常在しているカプノサイトファーガ・カニモルサス (*C.canimorsus*)、カプノサイトファーガ・カニス (*C.canis*) 及びカプノサイトファーガ・サイノデグミ (*C.cynodegmi*) の3種の細菌を原因とする感染症です。

国内の犬・猫のカプノサイトファーガ属菌の保菌率は高く、**すべての犬や猫が保菌している**と考えたほうがよいでしょう。なお、これらの菌は常在菌のため、犬や猫は保菌していても症状を示しません。日本では1993～2017年までに93例（うち死亡例19例）が確認されています。93例のうち68例は2011年以降の症例で、**本感染症の認知度の高まりや検査法の進歩によって、確認される症例が増えている**と考えられます。

《カプノサイトファーガ属菌の保菌率》

カプノサイトファーガ・カニモルサス (*C.canimorsus*)

犬:74～82% 猫:57～64%

カプノサイトファーガ・カニス (*C.canis*)

犬:86～98% 猫:84～86%

カプノサイトファーガ・サイノデグミ (*C.cynodegmi*)

2016年に登録された新しい菌種のため、現在調査中。

◆病気の特徴

潜伏期間は1～14日（多くは1～5日）とされています。症状は発熱、倦怠感、腹痛、吐き気、頭痛などです。重症化すると、敗血症や髄膜炎を起こす場合があります。なお、敗血症例の約26%、髄膜炎例の約5%が亡くなるとされています。糖尿病、アルコール依存症、高齢者など、免疫機能が低下した人が感染しやすい傾向があります。また、**患者の大半が40歳以上で、男性が70%を占めています**。

カプノサイトファーガ・カニモルサス及びカプノサイトファーガ・カニス感染のほうがカプノサイトファーガ・サイノデグミ感染よりも重篤な症状を示します。軽症例については報告が少ないため、その実態はよくわかっていません。

◆感染経路

主に犬や猫による咬傷・搔傷から感染しますが、傷口をなめられて感染した例も報告されています。これまで人から人への感染の報告はありません。

なお、動物による咬傷事故等の発生数（保健所報告数：年間約6000件、未報告を含めるとさらに多く発生していると考えられます。）に対し、報告されている患者数は非常に少ないことから、診断に至らなかった患者がいるとしても、本病は稀にしか発症しないと考えられます。

◆予防方法

動物用及び人用、いずれもワクチンはありません。普段から過度な動物との触れ合いは避け、動物と触れ合った後は十分に手洗いなどを行いましょう。もし、咬まれたりひっかかれたりした場合は、傷口を石けんと流水でよく洗いましょう。傷が小さくても感染する可能性があるため、万が一の時に医療機関に咬搔傷歴を伝えられるよう、家族にも伝えておきましょう。また、傷口を犬や猫になめられないようにしましょう。

カプノサイトファーガ感染症だけでなく、**一般的な動物由来感染症予防のためにも、ペットには、このような感染症のリスクもあることを理解したうえで飼うことが重要**です。



日本人の不足している栄養素 ～鉄～

◆鉄とは？

赤血球のヘモグロビンの構成成分として、全身に酸素を運搬します。また、さまざまな酵素の材料としてエネルギー産生、肝臓での解毒などに関与しています。

| | 男性 | 女性 | |
|--------|-----|------|------|
| | | 月経なし | 月経あり |
| 18～49歳 | 7.5 | 6.5 | 10.5 |
| 50～64歳 | | | 11.0 |

1日の耐容上限量 男性 50mg 女性 40mg

妊婦(付加量)初期 +2.5
 中期・後期 +9.5
 授乳婦(付加量) +2.5

欠乏症 鉄欠乏性貧血

(めまい・息切れ・頭痛・無力感・食欲不振など)

過剰症 鉄沈着症・

亜鉛の吸収障害

鉄含有量の多い食品やサプリメントの継続的な大量摂取で摂り過ぎることもあります。

月経のある女性は「鉄」が非常に不足しています！

男女別・年代別 栄養素の摂取基準「目標量」に対するの摂取率(%)

| 性別 | 20～29 | 30～39 | 40～49 | 50～59 | 60～64 |
|----|-------|-------|-----------------------|-------|-------|
| 男性 | 98.7 | 96.6 | — | — | — |
| 女性 | 59.0 | 61.0 | 月経あり) 63.8 月経なし) — | 65.4 | — |

月経のある女性だけでなく、妊婦の鉄不足も深刻です。

◆効率よく食べるには？

「鉄」は非常に吸収されにくいミネラルです。含有量が多い食品や吸収率の高い食品を選ぶ、吸収率を高める栄養素と組み合わせるなど工夫をするようにしましょう。

鉄の種類と吸収率の違い

ヘム鉄【動物性食品に多い】 > 非ヘム鉄【植物性食品に多い】

鉄の吸収率を高める栄養素

ビタミンC：野菜類(赤パプリカ・ブロッコリー・なばな・パセリ・豆苗など)、果物類(黄キウイフルーツ・レモン・柿など)、イモ類など

クエン酸：酢、梅干し、柑橘類など

動物性タンパク質：肉類・魚介類・卵など

鉄を多く含む食品

(mg/100g *は10g当たり)

肉・肉加工品

豚レバー…13.0
 鶏レバー…9.0
 牛ヒレ赤身肉…2.8

貝類

シジミ…8.3
 赤貝…5.0
 アサリ…3.8

野菜類

大根の葉…3.1
 なばな…2.9
 小松菜…2.8
 枝豆…2.7

海藻類

青のり…7.7*

大豆製品

がんもどき…3.6
 糸引き納豆…3.3

◆ずんだ白玉

【材料と分量】

冷凍枝豆(サヤ付き) 150g
 ★黒糖 大さじ1
 ★塩 少々
 ★水 大さじ1
 絹ごし豆腐 75g
 白玉粉 60g



鉄含有量(1人分) 1.5g

【作り方】

- ①冷凍枝豆は表示通りに解凍し、サヤと薄皮を取り除き、ポリ袋に入れて麺棒などで叩いてつぶす。
- ②①に★を加え、袋の上から手でもんで混ぜ合わせる。
- ③ボウルに絹ごし豆腐と白玉粉を入れ、耳たぶのやわらかさになるまでよくこねる。
- ④丸めて真ん中を軽くつぶした団子を10個作り、熱湯で茹でて冷水にとって水気を切る。
- ⑤器に②と④を盛り付ける。

おススメは「冷凍枝豆」です。冷凍なので通年手に入り、ゆでる手間も省け、生の枝豆と比べて大きく栄養価の違いはありません。枝豆は鉄だけでなく、鉄の吸収を助けるビタミンCも豊富に含まれています。【27mg/100g当たり】

「黒糖」は大さじ1杯(9g)で0.4gの鉄が含まれ【黒糖：4.7g/100g 白糖：ほとんど含まれていない】、白玉団子を水の代わりに豆腐でこねることで鉄の含有量が増加します。

このように食べ方の工夫で、吸収率の低いヘム鉄でも効率よく摂取することができます。

