



My Life with MS

ベタフェロンを使用される患者さんへ
インフルエンザ様症状への対処



資料請求先

バイエル薬品株式会社
大阪市北区梅田2-4-9 〒530-0001
<http://byl.bayer.co.jp/>

【監修】

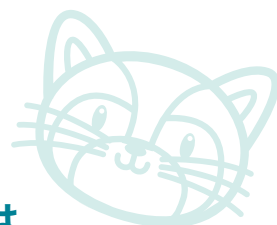
愛媛大学大学院 老年・神経・総合診療内科学
講師 越智 博文 先生



Contents

- 1 インフルエンザ様症状って
どうなるの？
- 2 インフルエンザ様症状は
いつまで続くの？
- 3 インフルエンザ様症状がでたら
どうすればいいの？
- 4 インフルエンザ様症状って
予防できるの？

コラム 患者さんの声

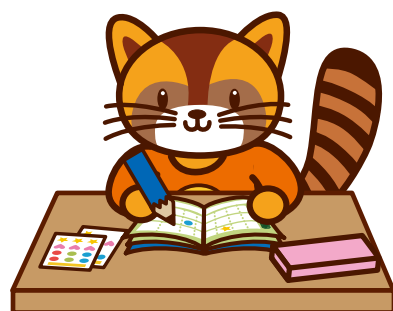


インフルエンザ様症状は インターフェロンベータによって起こる ごく自然な反応です。

ベタフェロンの注射後に発熱やさむけなど、風邪を引いたような症状（インフルエンザ様症状）があらわれることがあります。

インフルエンザ様症状は、インターフェロンベータ製剤を使ったときにあらわれるごく自然な反応で、ほとんどの患者さんが経験しますが、治療を続けていくうちに、だんだんと軽くなります。

ここでは、インフルエンザ様症状の対処法や日常生活における工夫について紹介しています。



1

インフルエンザ様 症状って どうなるの？

インターフェロンベータは免疫系の
バランスを調節する一方で、発熱や
さむけなど、風邪のような
症状を引き起こします。

インフルエンザ様症状とは

- インターフェロンベータ製剤を注射すると、風邪を引いたときのような症状があらわれます。
- ベタフェロンの治療を始められたほとんどの患者さんが経験します。
- ベタフェロンを注射してから3～6時間であらわれて、多くは24時間以内に改善します。

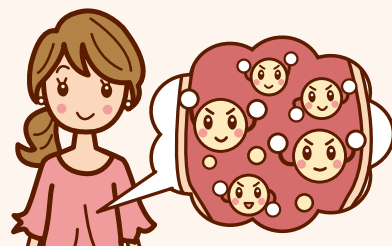
主に次のような症状がみられます。

- ・発熱
- ・頭痛
- ・さむけ
- ・だるさ(倦怠感)
- ・関節痛
- ・筋肉痛



ウイルス感染と インターフェロンの作用

体の中にウイルスなどの病原体が侵入すると、体を守ろうとして、さまざまなタンパク質や細胞が増えて、病原体をやっつけようとします。このような体を守る仕組みを「免疫」と呼びます。



インターフェロンベータは、免疫系のバランスを調節するタンパク質のひとつで、ウイルスなどに感染すると、体の中で作られ、病原体をやっつけるために体の免疫力を活性化させます。

免疫力が活性化されると、発熱や悪寒(さむけ)など、風邪を引いたときのような症状が起こります。

そのため、MSの治療に使われるインターフェロンベータ製剤を投与したときに、インフルエンザ様症状があらわれるのはごく自然な現象なのです。





2

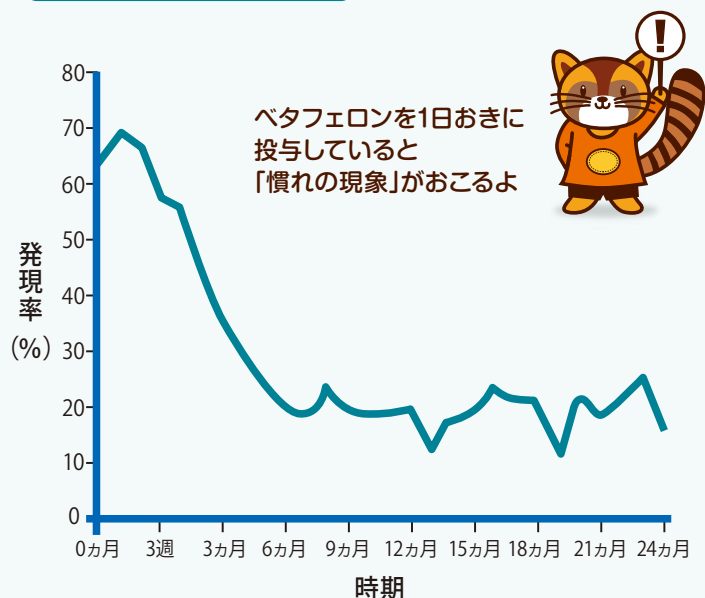
インフルエンザ様 症状は いつまで続くの？

「慣れの現象」によって、
注射を続けるうちに症状は
軽くなっていきます。

インフルエンザ様症状の発現状況

- ベタフェロンの治療を始めた直後はほとんどの患者さんで何らかの症状がみられますが、数ヵ月治療を続けて体が慣れてくると、その多くが軽快します。（「慣れの現象」）

発熱の発現率の推移



3

インフルエンザ様 症状がでたら どうすればいいの？

注射する時間を工夫したり、
薬剤を服用したりして、
症状をコントロールすること
ができます。

インフルエンザ様症状と対処法

- ベタフェロンの注射に体が慣れてくると、インフルエンザ様症状は、軽快していきます。（「慣れの現象」といいます）
- 「慣れの現象」があらわれるまでの間、症状を軽減するための対処法を行います。

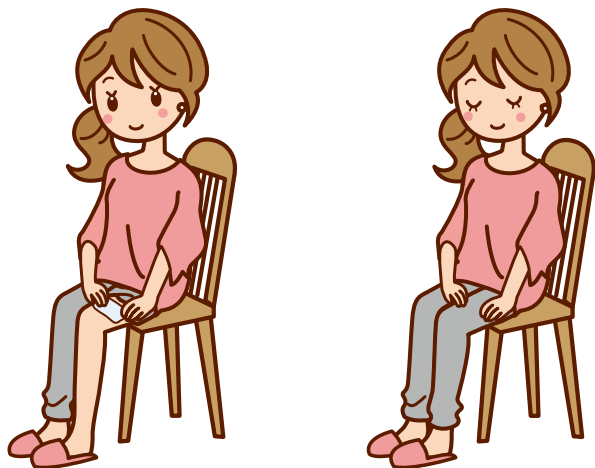
発熱・頭痛

- ・ 就寝前に注射するなど、注射する時間を工夫して、寝ている間に症状をコントロールします。
- ・ ベタフェロンの投与を少量から始め、段々と増量*して徐々に体を慣らしていきます。
- ・ 解熱鎮痛剤を服用します*。

*ベタフェロンの注射の量や解熱鎮痛剤の使用については医師に相談してください。

関節痛・筋肉痛

- ・患部を冷湿布で冷やします。
- ・患部をやさしくマッサージします。



倦怠感

- ・疲れたら無理をせず、リラックス状態で過ごすようにします。



- ・毎日決まった時間に休息する習慣をつけます。
- ・こまめに休息をとりながら、活動します。
- ・疲労感の強い動作は避けるようにします。



MSの疲労感・倦怠感

疲労感や倦怠感はMSの症状としてもよくみられます。

時間帯や周囲の状況に関係なく、突然倦怠感や強い眠気におそわれることがあります。例えば、「朝、起きたばかりなのに疲労感がある」「いざ家を出るとき、突然動けなくなる」などの症状がみられます。



また、簡単な作業であっても重労働のように感じることがあります。例えば、「階段を上などのちょっとしたことで疲れる」などの症状がみられます。

その他、体温の上昇によって疲労感が強くなったり、ベタフェロンの注射の後に倦怠感を感じることもあります。もちろん、睡眠不足や激しい運動の後に生じる一般的な疲労感も起こります。

このような倦怠感や疲労感によって日常生活が妨げられ、治療の継続が困難になることもあります。このような症状に対処するには、どんな動作でどのくらい疲れるのか、どんなパターンで疲労を感じるのかを把握して、ご自分に合った日常生活の過ごし方をみつけるようにしましょう。

MSの疲労感や倦怠感に対する対処法についてはvol.3の10～11ページを参照してください。



4

インフルエンザ様 症状って 予防できるの？

あらかじめ解熱鎮痛剤を服用したり、
注射する時間を工夫して、
寝ている間に症状を
やり過ごすことができます。

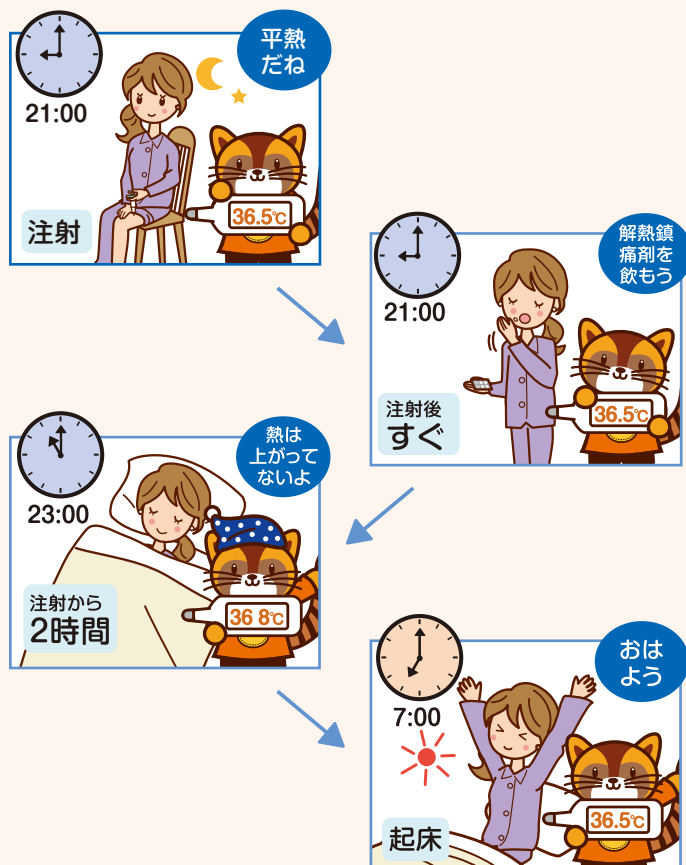
注射する時間の工夫

慣れの現象があらわれるまでの間、解熱鎮痛剤や注射する時間を工夫したりしてインフルエンザ様症状をコントロールします。

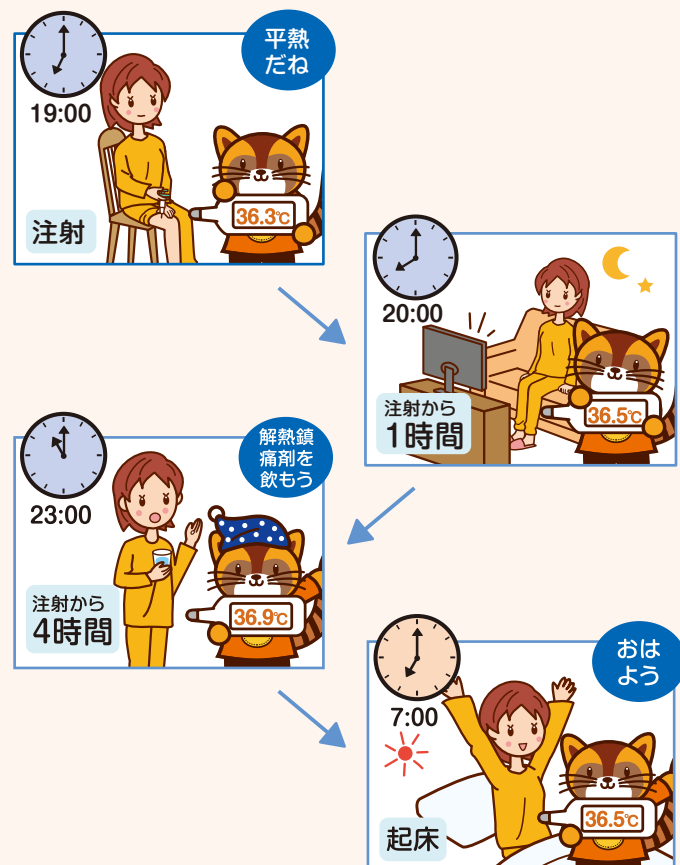
- 寝る前にベタフェロンを注射して、寝ている間にインフルエンザ様症状をコントロールする方法があります。
- 発熱する場合は、あらかじめ解熱鎮痛剤※を服用してもかまいません。

※解熱鎮痛剤の使用については
医師に相談してください。

Aさんの場合(注射2時間後で発熱)



Bさんの場合(注射6時間後で発熱)





症状があらわれるタイミングを把握しましょう

- 症状があらわれるタイミングには個人差があります。
- ベタフェロンの治療を始めてから1～2週間は、発熱の経過を観察するために体温を測り、注射後どのくらいで発熱しやすいのかを把握しましょう。
- 発熱が何週間も続く場合は、医師に相談しましょう。



ダイアリーを使った発熱・症状の記入例

ダイアリーを使って発熱や気になる症状を観察します。解熱鎮痛剤※を服用した日など記録をつけてみましょう。

【参考例】

2019		日	月	火
10				1
次回受診日		6 ○	7	(薬) 8 ×
日付	注射前36.5 2時間後36.8		注射前36.3 4時間後38.2	
時間	13	14 △ 休日の日	15	
	注射前36.5 4時間後38.0			
(薬) 20 ○		21	(薬) 22 ○	
日付	注射前36.3 注射後37.6		注射前36.4 注射後37.2	
時間	27	28	29	

★9～12ページのベタフェロン自己注射法チェックリストを確認してください。

メモ (気づいたこと・先生に相談したいことなど) 体調は○△×で記録

10/7 関節が痛くなった

注射2時間後に解熱鎮痛剤をのむとよさそう

※解熱鎮痛剤の使用については
医師に相談してください。

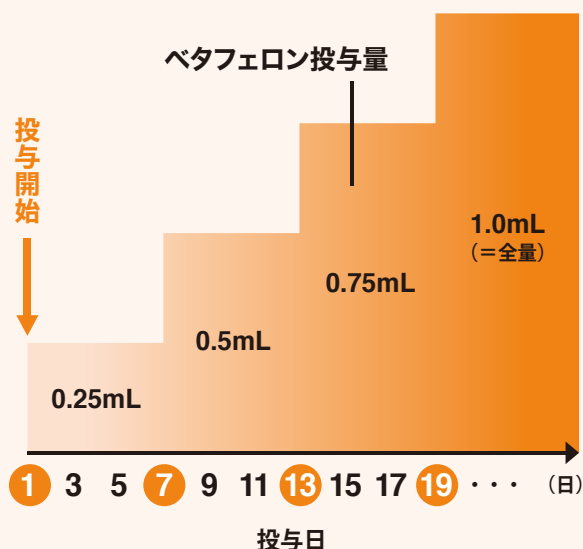


ベタフェロン 開始時の漸増法

ベタフェロン治療の開始時に、ベタフェロンの投与を少量から始め、段階的に増量(「漸増法」といいます)して徐々に体を慣らしていくことで、インフルエンザ様症状を軽減することができます。

ベタフェロンの投与量や漸増のスケジュールは患者さんごとに主治医が決定しますが、例えば、1/4量ずつ1週間ごとに増量していく方法などがあります。

ベタフェロン開始時の漸増法の一例





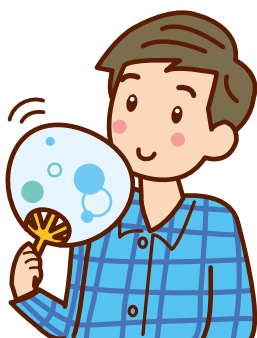
患者さんの声 ～インフルエ ンザ様症状に対する工夫～

発熱を何度か経験するうちに、疲れているときや、注射して出血したときに熱が出る人が多いとわかったので、そんなときは注射後、解熱鎮痛剤を飲むようにしています。どんなときに熱が出るか、観察してみるとよいかも。
(女性・37歳)



発熱には慣れて、普段は熱は出なくなりました。でも具合が悪いときや睡眠不足のときなど、体調がよくないときに、発熱や頭痛がおきることがあります。そうならないよう、普段からなるべく健康管理に努めています！
(女性・31歳)

風呂に入ったあとに注射をしています。長風呂をすると発熱しやすいように感じます。だから注射日は、短めに風呂に浸かるようにしています。入浴後、体が冷めてきたところで注射をして寝ます。(男性・35歳)



基本的に発熱は治まってきているのに、いきなり熱が出ることもあります。これは体調不良や、あとは注射する場所と注射の仕方にもよる？とにかくいつも解熱鎮痛剤を持参し、熱っぽく感じたらすぐに飲むようにしています。
(女性・37歳)

